

سعيد كوبيلي

أسرار الطب العربي

القديم والحديث

شرح مفصل في منافع الفواكه والخضار واللحوم والحشائش والزهورات والحبوب والزيوت وطرق المعالجة بها



منشورات دار مكتبة الحياة
بيروت - لبنان



أسرار الطب العربي

القديم والحديث

شرح مفصل في منافع الفواكه والخضار واللحوم
والحشائش والزهورات والحبوب والزيوت وطرق المعالجة بها

تأليف

سعيد جرجس كوبلي

جمع وتنسيق

جورج بوتاني

منشورات دار مكتبة الحياة
بيروت . لبنان



الاهـــــداء

الى ولديّ : ايلي وجان

اليهما اقدم خلاصة معارفي ، وثمرة تجاربي عن أسرار الطب العربي .

ففي هذا الميدان انفقت عمري كله لخدمة الانسانية وعلاج المرضى وتخفيف آلام المصابين .

وأملي ان يكون كتابي هذا نبراسا يضيء الطريق أمام الانسان المعذب .

المؤلف





رسم المؤلف سعيد جرجس كوبلي ، اقدمه في الصفحة الأولى من مؤلفه المفيد ، يكون بادرة تعارف ومودة بينه وبين القاريء والقارئة وبالتالي ، ليكون تخليدا لذلك الانسان الذي أحب واحترم

جورج بوتاني



مقدّمة

انني من مواليد (آمد) عام ١٨٩٧ ، المعروفة اليوم ، « بديار بكر » من الجمهورية التركية .

تلقيت علومي على يد المثلث الرحمات المطران سليمان صباغ ، والمرحوم الخوري يوسف طايور ، وذلك لمدة خمس سنوات ، ولم اتابع الدراسة الثانوية ، بل عملت مساعداً لابن عمي المرحوم عبد الكريم كوبلي ، في تعاطي بيع العطارة والأعشاب الطبيعية ، وطرق المعالجة بها ، وخاصة الأمراض الجلدية والقروح .

وبعد انتهاء الحرب العالمية الأولى نزحت مع اقاربي الى لبنان موطن الحرية وبلد الجمال ، واقمنا في هذا البلد الحبيب الذي تتوفر فيه بكثرة جميع الاعشاب والحشائش والبذور اللازمة واتمكن فيه من تعاطي هذه المهنة العربية .

وقد تنقلت ما بين لبنان وسورية وملرست مهنة الطب العربي وعالجت بالفعل المصابين بالقروح والجروح وداويت عشرات الألوف من المصابين بهذه الأمراض وبعض الأمراض الداخلية عدا الاسعافات المجانية التي لا تحصى وقد شهد لي بذلك جمعيات وهيئات بلدية وشخصيات معروفة .

واخيراً رجعت الى بيروت واخترت الاستقرار فيها نهائياً . وشرعت اتعاطى بيع العطارة المعروفة هنا بـ « دبوس » بجانب تقديمي الوصفات والعلاجات، اللازمة رغم تقدمي بالسن . انني الآن اشعر بالراحة والنشاط وكأنني في عز الشباب حيث انني اداوم على عملي وعلى طريقتي الخاصة في اكلي وشربي وقيامي وقعودي .

عندها فكرت بان اترك لي شيئاً للذكرى وخاصة لأولادي الأعزاء حتى يقتدوا ويسيروا على طريقتي ويعيشوا بهناء وصحة وعافية دائمة .

واخيراً دفعت للطبع هذا الكتاب الشيق الحاوي على الكثير من الوصفات

الناجعة والارشادات اللازمة لكل عائلة وبيت ، وقد تعمدت ان تكون لغة هذا الكتاب سهلة ، يفهمها كل قارىء مهما كانت درجة ثقافته ليستفيد منه اكبر عدد ممكن من القراء .

عزيزي القارىء ، اذا اتبعت نصائحي ، وتوصياتي ، سوف تظل محتفظاً بكامل صحتك حتى آخر عمرك ، تهضم جيداً ، وتبصر جيداً ، وتسمع جيداً ، وتقوى جسمياً ، وعقلياً .

ورغم تقدمي بالسن فانني اشعر بشوق ولهفة الى عملي ، لذا اجد نفسي مرتاحاً له ، وفي غاية السرور .

آمل ان ينال كتابي هذا اقبال القراء والشعب العربي الكريم الذي نسبت اليه هذا الكتاب وهو :

أسرار الطب العربي
القديم والحديث

والله ولي التوفيق

المؤلف



المصادر والمراجع

استقيت قسماً من كتابي هذا من بعض المصادر وهي :

الدكتور صبري القباني : (الغذاء لا الدواء)

الدكتور امين رويحة : (الطب الشعبي)

الأب متى طراب : (قاموس الطب البيتي)



avis favorable
lieutenant Mikael

sergent chef
Gabriel

شهادة

نشهد نحن الموقعين ادناه رؤساء اديان وهيئة اختيارية و عيان مدينة الحسكة ان المدعو السيد سعيد كوبلي من اهائي مدينة الحسكة يتعاطى من مدة مديدة بها مداواة الجروح والقروح والأمراض الجلدية الخارجية في ضمن البلدة وخارجها وانه قد اسعف لتاريخ الآن ما ينوف عن الفي مجروح ومصاب بأمراض جلدية وطوال مدة مزاولة عمله لم يحصل على ضرر لأي كان من مراجعيه وبما ان المذكور يود الأستحصال على رخصة رسمية لمزاولة مهنته فقد جئنا نشهد له بكفاءة خبرته هذا ما عدا الأسعافات الخيرية التي يقوم بهاونطلب من اولياء الأمر ان يتكرموا بأعطائه الرخصة وللبيان حرر .

خوري طائفة
الأرمن الأرثوذكس
الأب كيفورك

خوري طائفة
الأرمن الكاثوليك
الأب وارطان بغرسريان

النائب الأسقفي
بطائفة الكلدان
الخوري اوغسطين حرفوش

وكيل المطران
لطائفة السريان الأرثوذكس
القس حنا رسام

مطران طائفة
السريان الكاثوليك
يعقوب يوحنا حبي

مختار طائفة
السريان الأرثوذكس
يوسف اسحق

مختار طائفة الكلدان
يوسف صابونجي

مختار طائفة المسلمين
عبد العزيز العليوي

امام المسلمين
الملا بدر

وكيل طائفة البروتستانت
بولس نجار

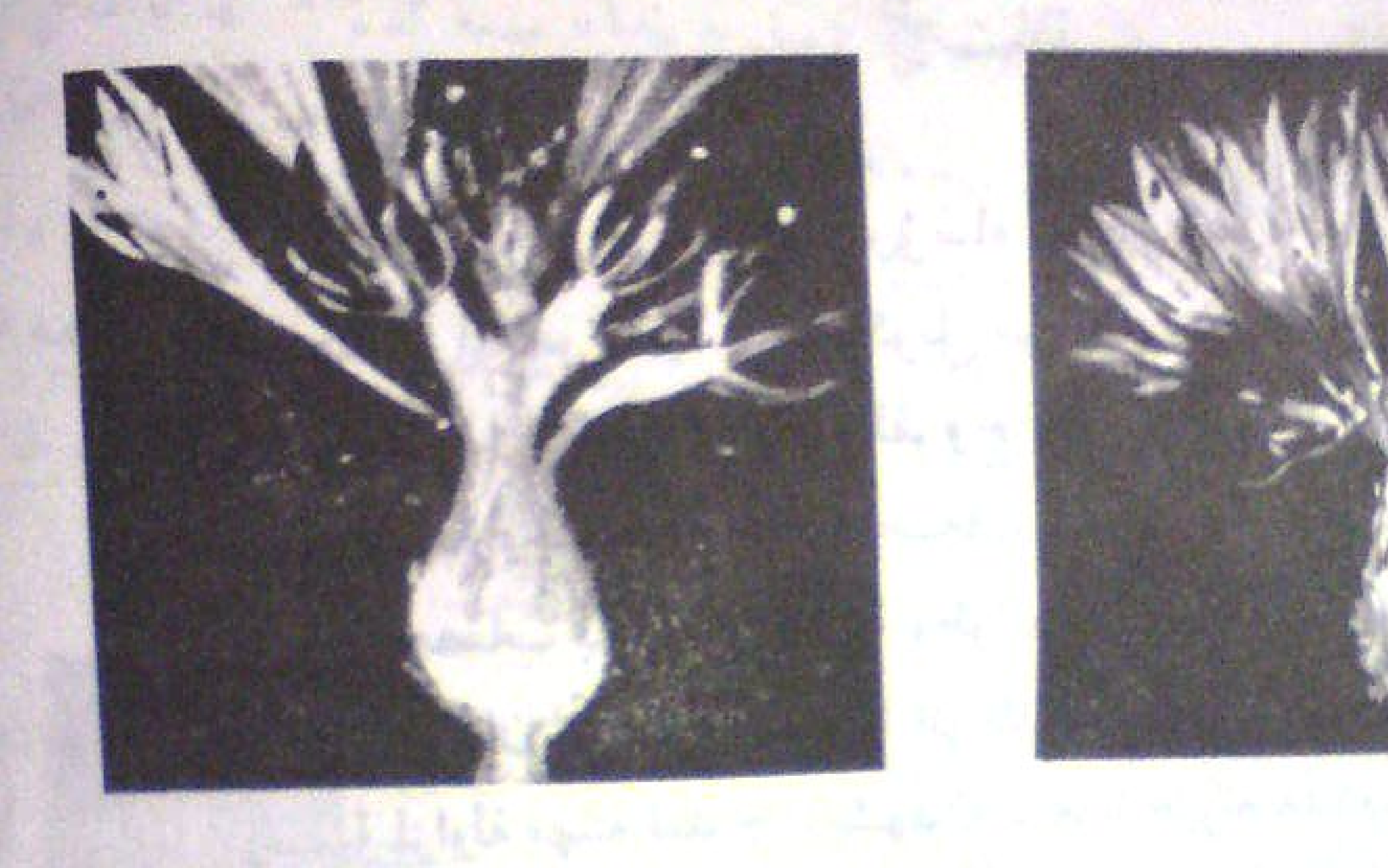
رئيس عشائر الأكراد
حاجو آغا

رئيس عشائر الجبور
الشيخ عبد المسيح المسلط

مختار طائفة
السريان الكاثوليك
عبد المسيح دبس

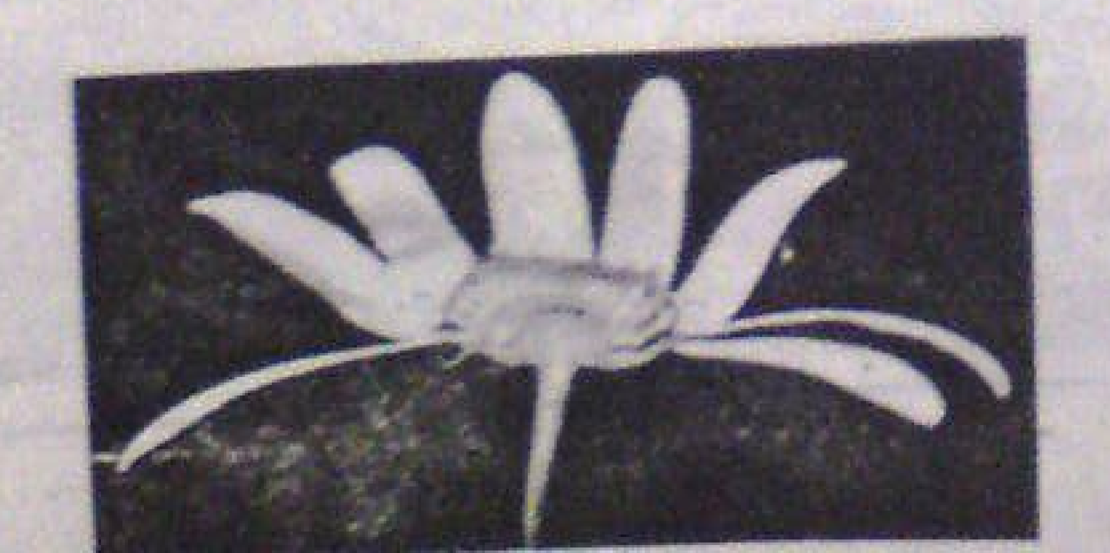
مختار طائفة الأرمن
الكاثوليك
عبود برغوت

تصديق رئيس بلدية الحسكة
يونان كرو









١٤ نصيحة ذهبية

اليك الارشادات والنصائح التالية :

١ ـ قبل ان تأخذ أي دواء ، اضحك في اليوم اربع مرات ، لتجلب لك السعادة الدائمة .

٢ ـ لا تفكر بالمرض الذي قد يصيبك ، ان العلاج بيدك انت ، بل اطرح فكرة المرض عن ذهنك .

٣ ـ خذ اربع تفاحات في اليوم ، مع كل تفاحة ملعقة عسل صغيرة بعد وجبة الطعام بنصف ساعة ، وهذان الصنفان من الأغذية يطردان المرض عنك قطعياً .

٤ ـ لا تفكر بالماضي ابداً ، بل بالحاضر وتطلع الى المستقبل والى الجديد حيث ان الماضي حسرة ، والحاضر عمل ، والمستقبل امل .

٥ ـ ان للشيخوخة طريقاً واحدة هو : الملل ، والضجر ، والفراغ .

٦ ـ اتخذ لك هواية مسلية ، فهي تكفل لك الشباب الدائم ، ولا تحتجّ بالقول « ان سنك لا يلائم ذلك » .

٧ ـ مهما اكلت فلا تشبع ، بل خلّ عينيك في الأكل ، كأنك اكلت .

٨ ـ خذ وجبة صباحية كاملة ، لتقوم بعملك بنشاط وقوة لأن الافطار الكامل يزيد في حيويتك وذكائك .

٩ ـ استعمل الفواكه والخضار بكثرة وقلّل من تناول اللحوم لكي يطول عمرك .

١٠ ـ كُل الفواكه بقشورها لأن في القشور امكانات غذائية وفيتامينات اكثر من لبها وبذورها

١١ ـ تناول الفاكهة بدون استخدام السكين لأن عملية القضم تقوي الأسنان وتنظفها .

١٢ ـ تناول الفاكهة مع كل وجبة طعام ، تبعد عنك جميع الأمراض .

١٣ ـ خذ الماء والمرطبات وانت جالس في كباية وعلى اربع دفعات عوضاً عن الابريق لأن الشرب وانت واقف يسبب لك الرمل في الكلاوي .

١٤ ـ العلاقة الجنسية يجب ان تكون بعد الأكل بأربع ساعات، اولاً ادخل الحمام للتبول والخروج ومن ثم مارس العلاقة الجنسية .

بعد العلاقة الجنسية اياك والتعرض للهواء أو القيام بأي سهرة حتى لا تتعرض للأمراض انما ادخل الى الفراش حالاً لكي يرتاح جسمك .

ان الأمراض التي تصيبك في المستقبل ـ اذا اصابتك ـ فسببها عدم تقيدك بارشادات العلاقة الجنسية .



الفواكه

الفاكهة غذاء طبيعي ، ودواء في آن واحد ، لأن الطبيعة قد زودتها بكل الامكانات الغذائية الشافية من الأمراض ، والمفيدة في الوقاية منها .

ان بعض المؤسسات الطبية تعتمد على الفواكه المقدمة الى مرضاها ، عوضاً عن العلاجات المحضرة بالطريقة العصرية ، فكان تطبيق العلاج بالفاكهة سبباً في شفاء مرضاها تماماً وفي امتداد العمر .

فالفاكهة هي الغذاء الأساسي للانسان ، لما تحتويه من مقادير كثيرة من الفيتامينات والأملاح المعدنية واهم هذه الفاكهة هي :

التفاح ، السفرجل ، التين ، الكرز ، العنب ، البرتقال ، الليمون ، المشمش ، الموز ، البطيخ الأحمر ، البطيخ الأصفر ، التمر ، الدراق ، المشمش الهندي ، « اكيدنيا » ، الحنبلاس ، المانجا ، الرمان ، التوت ، قصب السكر ، الكمثري « الاجاص » ، التين الشوكي ، الخوخ ، الفريز ، التوت الشوكي .

السفرجل

يستفاد من السفرجل في صنع المربيات وفي بعض الوصفات العلاجية وهو غني بالفيتامينات « أ » و « ب » وبالمواد المعدنية كالكبريت ، والفوسفور ، والكلس ، والكلور ، والصودا ، والبوتاس .

ويوصف في الحالات التالية :

أ ـ الاسهال الحاد :

يغلى مقدار ٢٥٠ غراماً من الماء ، مضافا اليه كمية من الأرز ثم تضاف





ملعقة من مسحوق السفرجل الى هذا المغلي حتى ينضج ، ويعطى للمصاب بالاسهال ويوصف لنحلاء الاجسام والمصابين باضطراب المعدة .

ب ـ للربو والسعال الديكي :

يحضر مقدار ملعقة كبيرة من بذور السفرجل ، وملعقة كبيرة من سكر النبات ، مع قليل من كنافة البحر ، تسحق جميعها وتغلى في كوب ونصف من الماء ، وعندما تبرد يؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم ، يعالج المصاب بهذه الكمية لمدة عشرة ايام ويعطى للاطفال فنجان قهوة في الصباح وفي المساء بنفس المقدار لمدة عشرة ايام ايضا .

ج ـ لازالة القشرة من الرأس :

تنقع بذور السفرجل بالماء ، ويمشط بها الشعر لمدة اثني عشر يوماً .

التفاح

التفاح فاكهة مرطبة وسهلة للأمعاء ، مفيد في الأمراض الالتهابية الحادة ، يخفف من آلام الحمّى ، ومفيد للكبد والكليتين والمثانة ، اذ يسهل عملها ، ويهدّىء السعال ، ويسهل افراز البلغم . وهو من اغنى الفواكه بالفيتامينات والمثل الشعبي يقول : خذ تفاحة باليوم تبعد المرض عنك دوم .

يحتري على الفيتامينات « أ » و « ب١ » و « ب٢ » و « ث » وللتفاح عدة وصفات طبية يعالج بها .

أ ـ الروماتيزم :

تقط ثلاث تفاحات قطعاً صغيرة دون تقشيره ، ثم تغلى في ليتر من الماء مدة

ربع ساعة ، ثم يؤخذ المغلي بين فترات الطعام او معه .

ب ـ عسر البول :

تغلى بضع تفاحات في قليل من الماء ويشرب مغليُّها .

ج ـ لاسهالات الأطفال :

يقشر التفاح ويبشر ، ثم يطبخ مع الماء المحلى بالسكر ويعطى للأطفال دون ان يعطى لهم أي طعام آخر .

د ـ آلام العيون والرمد :

يؤتى بمسحوق التفاح ، ويمزج بحليب المرضع ويعمل كمادات وتطبق على العين المصابة بالرمد .

هـ ـ حموضة المعدة :

يؤخذ ثلاث تفاحات في اليوم ، تتغلب على ازدياد الحموضة في الجسم بعد سن الأربعين .

خل التفاح وعلاجاته

صنعه :

يغسل التفاح جيداً بالماء ، ثم يقطع الى قطع متوسطة الحجم ، ويعبأ في آنية من الفخار ، او مرطبان من البلاستيك ، وتغطى الآنية بقطعة من القماش ، وتحفظ في مكان دافىء ، لمدة خمسة واربعين يوماً ، حيث يختمر ، وبعده يعصر ويعبأ في قناني من الزجاج ويختم .

العلاجات المستعملة في خل التفاح كثيرة نذكر منها :

أ ـ النحافة :

يؤخذ منه ملعقتين صغيرتين ، مع كوب من الماء بعد الأكل ثلاث مرات في اليوم لمدة شهرين .

ب ـ الأرق :

يضاف فنجان قهوة واحد من العسل الى ثلاث ملاعق صغيرة من الخل ، وتؤخذ كل مساء عند النوم ملعقتين صغيرتين .

ج ـ إزالة الكرش لدى الرجال :

تستعمل نفس الكمية المستعملة في النحافة .

د ـ الحمام الخلي : للتخلص من الروماتيزم

ضع ملعقة صغيرة من الخل في نصف كوب من الماء الساخن يؤخذ قليل من هذا المزيج في حفنة اليد ، ويدلك به احد الكتفين ، ثم يكرر ذلك في الجانب الآخر ، ثم يدلك الجسم بجميع اجزائه ، الصدر ، البطن ، الظهر ، الأطراف ، بدون استعمال المنشفة ، ويستمر في هذه العملية ، حتى ينفذ المحلول الى داخل الجسم .

هـ ـ الثعلبة :

يطلى المحل المصاب ، ست مرات في اليوم ، بالخل الصافي وذلك بواسطة رأس الأصبع ، حيث تغطس الاصبع بالخل ، ويبدأ بالعمل اولاً في الصباح بعد النهوض من الفراش ، وتكرر العملية خلال النهار اربع مرات وفي المرة الاخيرة قبل النوم .

و ـ علاج آخر للثعلبة :

يفرك المحل المصاب بقطعة من القماش ، ثم يؤتى بعود كبريت ملفوفاً بالقطن ويغمس في روح الخل ويدهن المحل المصاب صباحا ومساء لمدة ستة ايام .

اذا شعر المصاب بحرقة وألم شديد تدهن الثعلبة بالفازلين الأصفر ، حتى يخف الوجع والحرقة .

ز ـ دوالي الساق « افاريز »

يصب قليل من الخل الصافي ، في حفنة اليد وتدلك الأوردة الظاهرة مرة في الصباح ومرة ثانية في المساء ، لمدة شهر .

ويوصى باستعمال الخل شراباً ، وذلك باضافة ملعقتين صغيرتين من الخل في كوب من الماء وتؤخذ في الصباح مرة وفي المساء مرة ثانية وذلك لمدة شهر .

علاج للثعلبة بدون الخل

يسحق سنّان من الثوم مع قليل من الملح وتمزج في فنجان قهوة مع الطحينة حتى يصبح مرهماً .

اولاً تفرك الثعلبة بقطعة من القماش حتى تصبح مائلة الى الاحمرار ، ومن ثم تدهن الثعلبة بمرهم الثوم في الصباح والمساء لمدة ستة ايام .

علاج آخر للثعلبة

يسحق سِنّان من الثوم مع قليل من الملح ويدهن فركاً مكان الثعلبة حتى يميل الى الاحمرار . ثم يمزج مسحوق ملح البارود في عصير ليمونة واحدة وتدهن الثعلبة صباحاً ومساءً ، يؤخذ بجانب هذه الوصفة منقوع شرش الروباص شرابا .

التين

التين غني بالفيتامينات « أ » و« ب » و« ث » ويحتوي على نسبة عالية من المواد المعدنية كالحديد والكلس والنحاس وهي بانية للجسم ومولدة للدم .

يوصف التين في عدة علاجات منها :

أ ـ الامساك المزمن :

يؤخذ في الصباح الباكر ، من التين الاخضر مقدار ست حبات يومياً لمدة عشرة ايام .

ب ـ للسعال الديكي :

يؤخذ كأس من منقوع التين قبل الطعام يومياً لمدة اسبوع .

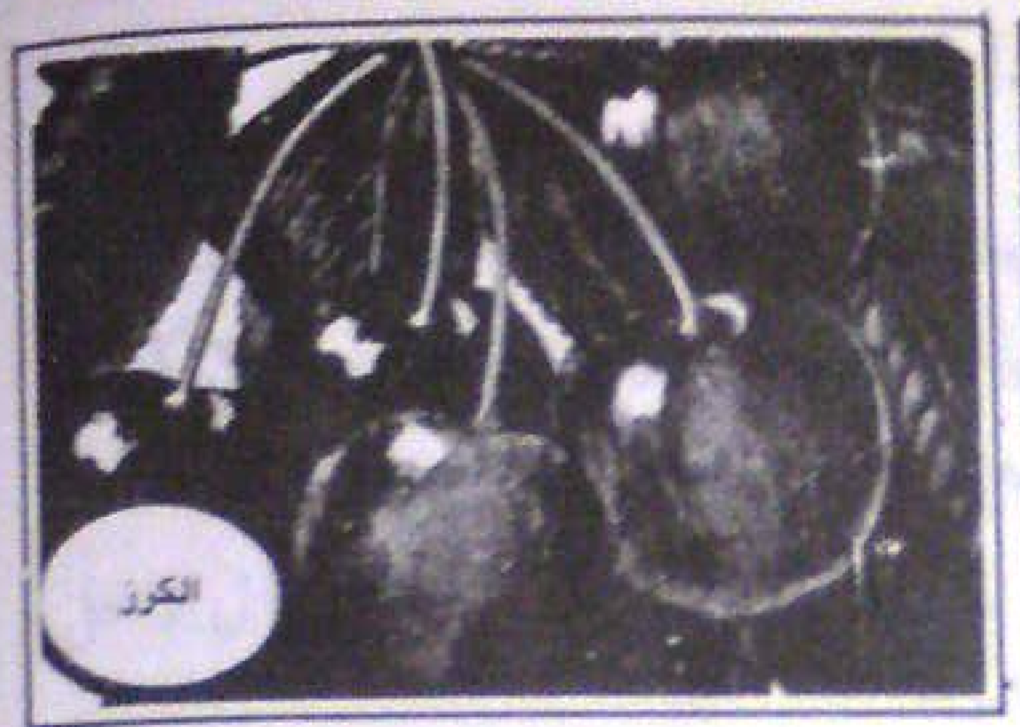
ج ـ كسل الأمعاء :

تشطر ست أو سبع تينات الى شطرين وتغمس الشرائح بزيت الزيتون ، ثم يضاف اليها بضع شرائح من الليمون ، وتترك ليلة كاملة ، وفي الصباح تُغَمّس هذه الشرائح في الزيت وتؤكل على الريق .

د ـ للحروق :

اذا كان الحرق خفيفاً ، يهرس مقدار من التين المجفف ، ويوضع فوق الجرح ويلف بشاشة .





الكرز

الكرز يحتوي على نسبة عالية من الفيتامين « ث » ويوصف في علاج بعض الأمراض منها :

أ ـ التهابات المسالك البولية :

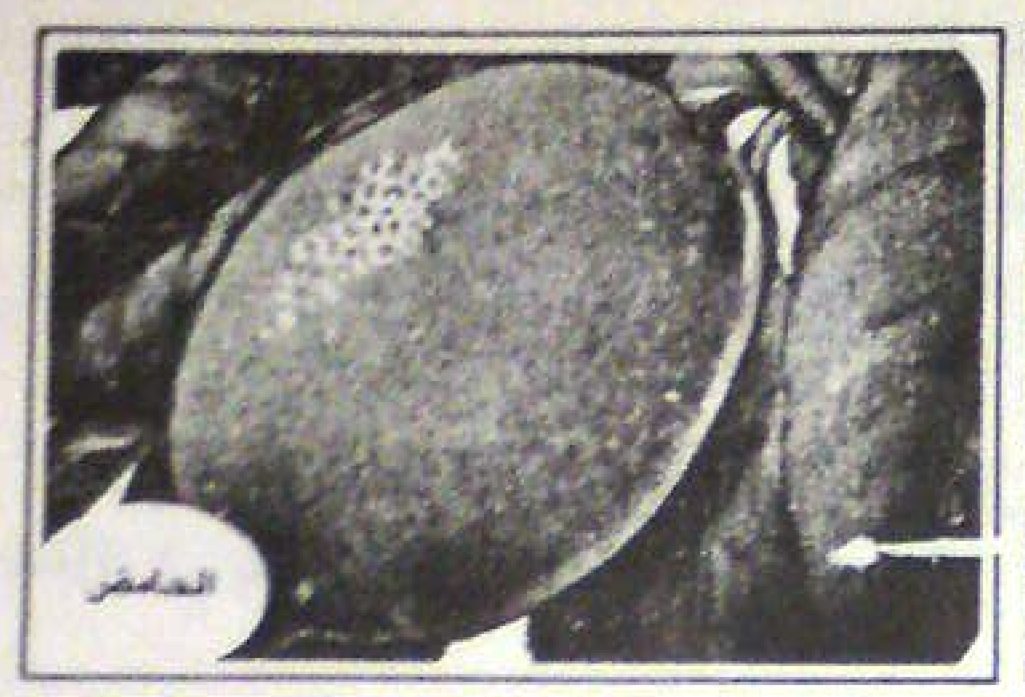
يحضر منه شراب لذيذ وذلك باستعمال ٣٠ غراماً من اذناب الكرز في ليتر من الماء ، ويغلي لمدة عشر دقائق ، ثم يصب على ٢٠٠ غرام من الكرز الطازج ، او المجفف ، وبعد عشرين دقيقة يصفى المزيج .

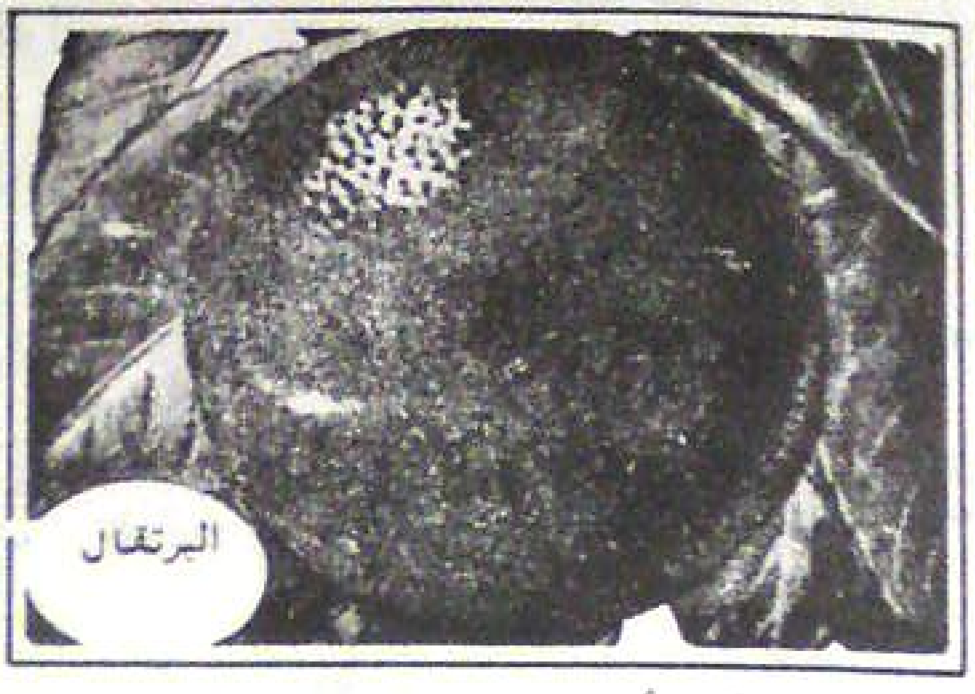
ب ـ الرمل والبحص

يمزج مقدار ملعقتين صغيرتين من بذر الخلة ومقدار ٥ غرامات من شرش الذرة و١٠ غرامات من ساق الكرز ، ويضاف اليها ثمانية اكواب من الماء ، وتغلى على النار حتى يبقى منها ٤ اكواب ، يؤخذ كل ثلاث ساعات كوب واحد في اليوم ، لمدة اسبوع .

المشمش

المشمش اشهى فواكه الصيف وهو على انواع كثيرة منها البلدي ، والعجمي ، والكلابي ، وهو يؤكل نيئاً ومنقوعاً ، وهو يحتوي على الفيتامينات « أ » و « ب١ » و « ب٢ » و « ث » وهو يحتوي على المواد المعدنية من البوتاسيوم والكالسيوم .





اهم مميزات المشمش مقدرته على تعديل الحموضة الضارة المتخلفة في الجسم من بعض الأغذية وهو مقوٍ للعظام والأنسجة يؤكل منقوعاً وشرائح « قمر الدين ».

البرتقال

للبرتقال فوائد كثيرة ، وهو يحتوي على عناصر غذائية من السكر ، والحديد ، والفوسفور ، وعلى الفيتامينات « ب١ » و« ب٢ » وهو غني بالفيتامين « ث » الذي يساعد على تثبيت الكلس في العظام .

والبرتقال مساعد على الهضم ، ويعتبر مشهيا اذا تناوله الانسان قبل الطعام ، ولعصير البرتقال اثر فعّال في حالات النزف ، وفي وقف قيئ الحمل .

من المستحسن اكل البرتقال ، وليس شرب عصيره عند المرضى ، يوصف البرتقال في عدة حالات منها :

أ ـ الزكام والأنفلونزا :

يؤخذ عصير برتقالة في كأس مع قطعتين من السكر ، وقليل من الكونياك او الروم ، ويمزج بماء حار جداً ويشرب ساخناً قدر الامكان .

ب ـ إزالة السمنة :

تغلى برتقالة كبيرة وثلاث ليمونات في نصف ليتر من الماء ، لمدة عشر دقائق ، ثم يضاف الى المغلي ، ملعقتان من العسل ، وتغلى مرة ثانية ، لمدة خمس دقائق ، ثم

تصفى وتبرد ، ويؤخذ منها يومياً ثلاثة اكواب .

ج ـ لتهدئة الأعصاب والتشنج :

يؤخذ ٢٥ غرام من زهر البرتقال و٢٥ غرام زيزفون و٤٠٠ غرام ماء و٢٥ غرام عسل وتمزج معاً ويعمل منها منقوع . اولاً يغلى زهر البرتقال والزيزفون مع الماء ثم يضاف الى العسل .

يؤخذ منها فنجان قهوة ثلاث مرات يومياً بعد الأكل .

د ـ منقوع آخر لتهدئة الأعصاب والتشنج :

يغلى ٣ باقات من البابونج مع ٢٥ غرام زيزفون ، و٢٥ غرام زهر البرتقال ، و٤٠٠ غرام من الماء وتؤخذ فنجان قهوة ثلاث مرات يومياً بعد الأكل .

كما ان هذين المنقوعين يفيدان كمنوّم ايضا .

الليمون

لليمون قدرة على ترميم الأنسجة ، فهو غني بالفيتامينات « أ » و « ب ٢ » و « ب ١٢ » و « ب ب » وبالمعادن كالحديد والكلس ، والبوتاس ، والفوسفور ، والكربوهدرائيات والبروتيين ، وهو غني ايضا بالفيتامين « ث » . كما يؤخذ شرابه لأجل الوقاية من الانفلونزا .

كما ان الليمون مقبض للأوعية الدموية ، ومخثّر للدم ، فاذا اصيب الانسان بالرعاف بالامكان وقفه وذلك بسد فوهة الأنف بقطعة قماش مبللة بعصير الليمون .

يستفاد من الليمون في عدة علاجات :

أ ـ ازالة الزيوان الأسود من الوجه :

يرطب الوجه مساء بالماء الحار ثم يطلى بمزيج متساوٍ من عصير الليمون والغليسرين والكحول ، وفي الصباح يرطب الوجه مرة اخرى بالماء الحار ، ثم تعصر الزيوانات بين الاصبعين ويعمل بهذه الطريقة لمدة اسبوع .

ب - إزالة الصدأ عن القماش :

توضع شريحة من الليمون على بقعة الصدأ ، بعد عصرها بين قطعتين من القماش ثم تضغط بمكواة حارة ، يعمل بهذه الطريقة عدة مرات بعد تجديد الشريحة .

اذاً فالليمون مهضم ومشهٍ لأن حامضيته تحرض الافرازات اللعابية والغدد المعوية .

العنب

العنب من أغنى الفواكه بالفيتامينات ، وله دور فعال في بناء الجسم ،وتقويته، وترميم انسجته ، وعلاج الكثير من امراضه .

يحتوي على الفيتامينات « أ » و « ب » و « ث » والمعادن من البوتاس والكلس والصودا والماغنزيا وحامض الحديد ومنغنزيات الكلس والسيليس وحامض الفوسفور .

ان العنب غذاء سريع الهضم ، وله فوائد في الوقاية من سوء الهضم ، والقبض ، والبواصير ، والحصاة الكبدية ، والحصاة البولية ، ويعتبر منشطاً قوياً للكبد ، فهو يعطي للمصابين بفقر الدم ، وللناقهين ، والعصبيين .

يعمل منه الزبيب بعد ان يجفف وكذلك يؤخذ عصيره الطازج ويدخل في الكحول وخاصة « العرق » .

الموز

الموز فاكهة مغذية غنية بمواد الفحم ، التي تعطي الجسم الطاقة والحرارة ، وكلما نضج الموز ، تحول جزء كبير من نشائه الى سكر .

يحتوي الموز على الفيتامينات « ث » و « ب » و « ب٢ » و « ب٦ » و « ب١٢ » و « أ » و « د » و « و » .

ان وجبة من الخبز والموز والحليب ، تحتوي على جميع العناصر اللازمة لنمو جسم الانسان .

يستعمل الموز في كل الاعمار للشيوخ ، حيث يأخذون منه حرارة وقوة ، وللأطفال ليعينهم على النمو ، وللمرأة الحامل ، وللمريض في طور النقاهة . اما مرضى السكري فهو لا يلائمهم . وكذلك الذين يشكون حرقة في معدهم ، والذين يشكون البدانة .

البطيخ الأحمر



يؤكل البطيخ الأحمر في الصيف ، لغزارة مائه الذي يطفىء الظمأ ، ويرطب الجسم ، ويخفف حرارته ، وهو غني بالفيتامين « ث » . وهو يحتوي على الكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والصودا ، والبوتاس ، لذا فهو مدر للبول . ان الافراط في تناوله عقب الطعام ، يسبب عسراً في الهضم ، كما ان عصير البطيخ يقي من التيفوئيد ويفيد المصابين بالروماتيزم .

تستخدم بذوره كملينة ومجددة للقوى ، وتؤخذ ايضا محمّصة للتسلية « النقول » .

البطيخ الأصفر

البطيخ الأصفر هو شقيق البطيخ الاحمر ، ولكنه اكثر فائدة منه نظرا لغناه

النسبي بالبروتينات والفيتامينات يحتوي على الفيتامينات « ث » و « ب٢ » وعلى المعادن كالكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والصودا ، والبوتاس ، والمانيزا والكلس ، والحديد ، والنحاس .

يستفاد من البطيخ الاصفر ، في مكافحة الامساك اذا اخذ صباحا على الريق ، فهو يلين المعدة ويقي الشقوق ، الشرجية والبواصير .

اما اذا اخذ بكميات كبيرة فهو يتسبب في تعفنات معوية واسهالات .

يستعمل في علاج البهاق ، والكلف ، والحزاز ، وفي التهابات الجلد وأورامه .

التمر

التمر هو أول غذاء رئيسي لسكان الصحراء ، لكونه غذاءً كاملاً وغني بالمعادن والفيتامينات « ب١ » و « ب٢ » و « ب ب » وهو غني بالفوسفور ، اذ ان هذه المواد تقوي الأعصاب وتليّن الأوعية الدموية ، وترطب الأمعاء .

أ ـ يوصف كعلاج للمصابين بالسعال والبلغم والتهاب القصبات :

يحضر ٥٠ غراماً من التمر ، و٥٠ غراماً من الزبيب ، و٥٠ غراماً من التين المجفف و٥٠ غراماً من العناب المجفف وتوضع في ليتر من الماء ، وتغلى على النار ، وتعمل منقوعاً ملطفاً .

يساعد على نمو جسم الفتيان والفتيات والأطفال .

الخضار

● ان الخضار بمجموعها وحدة متكاملة من مصادر الغذاء ، فكل زمرة منها تختص بمقادير معينة من الفيتامينات او الأملاح او المواد الأخرى من المعادن ، اما اذا اردنا ان نستفيد من الخضار فيجب ان نضع براجماً لها عند الغذاء .

● ان اخذ الخضار نيئةً يعطي مفعولاً اغزر من أخذها في مستحضرات مغلية .

● ان اوراق الخضار النيئة تكثر فيها خلاصة الفيتامينات فيجب ان لا نرميها لأننا نأكل قسماً منها نيئاً والقسم الآخر يستعمل في الحساء لكثرة الفيتامينات الموجودة فيها .

● كما انه يجب طهي الخضار بكمية محدودة من الماء ، حتى لا يضيع القسم الأكبر من فيتاميناتها واملاحها .

● ومن الضروري ان نغسل الخضار غسلاً جيداً لنتجنب الأمراض والميكروبات التي تحملها من الأتربة .

الجزر

● ان الجزر يعد غذاءً ودواءً في آن واحد لما يحتوي من مقادير كثيره من الفيتامينات .

وهو غني بالفتيامينات « أ » و « ث » و « د » و « و » و « ب ب » .

وعلى المعادن كالكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والصوديوم ، والبوتاس ، والمغنزيوم ، والكالسيوم ، والحديد .

● يستفاد من عصيره اذا اخذ باستمرار في حالة السكري .

اما لبه فهو يفيد في حالات القحة والأكزيما . كما ان ورقه يفيد في حالات الجروح والرضوض .



● وعصير الجزر يفيد في تقوية البصر وفي نمو الأطفال .

أ ـ كعلاج لأسهال الأطفال :

يضاف مسحوق الجزر الى حليب الأطفال ويعطى لهم كحساء

ب ـ كعلاج لليرقان ونوبات الكبد :
يبرش الجزر ويغلى على نار قوية بأضافة ليتر من الماء اليه لمدة عشر دقائق ، ويترك حتى يفتر ، ثم يؤخذ جرعات .

البنــــدورة

● البندورة تؤكل نيئة ومطبوخة ، وشراباً ، وهي غنية بالفيتامينات « آ » ، « ث » ، « ب۱ » ، « ب۲ »

وتحتوي البندورة على الفوسفور والحديد والأملاح القلوية

● يستفاد من البندورة في كثير من الحالات المرضية ، وتوصف للمصابين

بالروماتيزم والرمال البولية ، وحصيات الكلى ، والمثانة ، والتهاب المفاصل ، والتعفنات المعوية ، وعسر الهضم .

● فهي تساعد على طرح الفضلات ، ومكافحة الامساك ، اذا اخذت بقشورها ، اما المستحلب ، وهي المادة التي تغطي البندورة ، تساعد على تأمين عملية الأنزلاق المعوي ، اذ ترطب المعدة ، وتسهل مرور الكتل البرازية .

● اما عصيرها فهو دمها وهذا سهل الامتصاص ، يدخل الدورة الدموية حاملاً معه اهم العناصر اللازمة للترميم .

● اذا اردنا ان نتناول سلطة غنية بالبندورة ، فيجب الا نضيف اليها الليمون او الخل ، بل نكتفي بالزيت بدون الملح ، ويضاف اليها قليل من الثوم او البصل .

علاج مكافحة الاثفان[1] :

تغمس القدم المصابة بالثفن في الماء الفاتر ، لمدة عشر دقائق ثم تقطع شريحة صغيرة من البندورة الخضراء اليابسة وتوضع فوق الثفن بحيث يلاصق بها الثفن ثم تلف القدم بالقماش وينزع عند الصباح .

تكرر هذه العملية خمس ليال متتالية لينقطع الثفن تلقائياً ويزول بصورة نهائية .

الخَرْشُوف « ارضي شوكي »

● الخرشوف من الخضار الحاوية على الفيتامينات « آ » و « ب » والأملاح المعدنية كالمنغنيز والفوسفور .

يؤكل مطبوخاً وهو يساعد جيداً في علاج امراض الكبد واحتقانها ، والتهاب الكلى ، وانقطاع البول ، وفي بعض حالات الحكة والشري .

● تستعمل اوراقه وشوكه في التغذية ايضاً .

---

(١) غلظ في الجلد يصيب الأقدام

فالاكثار من تناوله يساعد على اذابة الكولسيترول وتصلب الشرايين والى انزال الضغط الدموي .

وهو خير مقوٍ للقلب وتنشيط الجسم .

آ ـ يفيد في الحميات :

تسحق جذوره ويضاف اليها قشر البلوط والحور تسحق جميعها وتؤخذ سفاً .

ب ـ العقور الكبدي :

تغلى اربع وريقات طرية في ليتر من الماء ثم يضاف الى هذا المغلي بعض السكر تؤخذ لمدة اثنتي عشر يوماً .

الهليــون

● الهليون يؤكل مسلوقاً ومحركاً للشهية قبل الطعام وهو منظم لحركة القلب ويقاوم التعب .

يصنع من براعمه شراب يدر للبول .

كما ان طبخه ينفع في وجع الظهر وعرق النسا .

يؤكل مسلوقاً ايضاً لتقوية الجنس حيث يزيد في المني والباه .

الفجــل

● الفجل من الخضار التي تحتوي على الفيتامينات « آ » و « ث » وعلى الحديد والكالسيوم وهو محرك للشهية قبل الطعام ويساعد على الهضم ، فهو مقو للعظام ومدر للبول .

● يستفاد من عصيره للمصابين بالحصيات الصفراوية ونوبات الرمال البولية ، والنوبات الكبدية على ان يؤخذ هذا العضير صباحاً على الريق .

ويوصف كعلاج للمصابين بالسعال الديكي :

وذلك بحفر داخل الفجل وحشوه بالسكر ويؤخذ

البصـــل

● ان البصل يحتل مكانة تحسده عليها الأغذية الباقية . كما انه من النباتات القاتلة للجراثيم ويؤكل غالباً نيئاً .

● للبصل فوائد كثيرة تجعله يفوق التفاح في قيمته الغذائية ، اذ يحتوي على الكالسيوم والفوسفور والحديد ، كما انه يحتوي على الفيتامين « آ » و « ث »

يستعمل كعلاج مفيد في حالات تشمع الكبد والاستسقاء وتورم الساقين ، وانتفاخ البطن ، وبعض امراض القلب .

ان خلاصة البصل مفعولاً قاتلاً للجراثيم التي تستوطن الفم والامعاء .

آ ـ علاج لتقوية الجنس :

يعصر البصل ويؤخذ منه ١٠٠ غرام ويضاف الى ٥٠٠ غرام من العسل ويمزج ويؤخذ بعد الطعام .

ب ـ للطلوع :

يُطبخ البصل ويوضع فوق المحل المصاب ويُلف بشاشة حتى الصباح حيث ينزع عنها .

الثـــوم

● الثوم يشبه زميله البصل لكونه قاتلاً للجراثيم اذ يدخل في اغلب الأطعمة ويؤكل نيئاً ومطبوخاً وهو مقو مثير للشهية ومطهر للامعاء وطارد للديدان .

● للثوم خصائص عدة اذ يساعد الرئتين على التنفس وخاصة في الحالات المرضية كالبرونشيت والربو والسعال الديكي وهو علاج واق فعال في تصلب الشرايين .

١ ـ لطرد الديدان لدى الأطفال :

يضاف سن واحدة منه الى الحساء ويعطى للأطفال .

للكبار :

يغلى ٢٥ سناً من الثوم في كأس ماء او حليب

او يخلط الثوم المبشور بضعفي حجمه سكراً ناعماً .

٢ ـ لطرد الدودة الوحيدة :

يحضر رأس ثوم كبير ويقشر وتبشر فصوصه، ثم يغلى مدة عشرين دقيقة على النار في قليل من الماء ، يؤخذ هذا المنقوع صباحاً على الريق ويمنع تناول الطعام حتى الظهيرة تكرر هذه العملية لمدة ثلاثة ايام .

ارتفاع ضغط الدم :

يؤخذ سن من الثوم صباحاً

٤ ـ للسعال الديكي :

يسحق الثوم ويدهن به اسفل الرجلين او العامود الفقري .

البقـــدونس

● البقدونس مثير للشهية ومسكن للألم ، يستعمل عصيره في حالة التهاب الكبد البسيطة .

١ ـ يستعمل في علاج انحباس البول :

تشوى اوراق البقدونس وتعمل لزقة خارجية ، وتستعمل ايضاً في حالة التهاب القرنية والتهابات العين وفي الرُعاف

٢ ـ في التهاب وتصلب النهدين :

لصقات توضع على ثديي المرضع

● يستفاد من البقدونس الأفرنجي في زيادة ادرار حليب المرأة المرضعة .

● اما البقدونس العادي فانه يعطي عكس النتيجة المطلوبة .

السلــق

● السلق غذاء ملين للامعاء ولذيذ .

يوصف للمصابين بفقر الدم وذلك بطبخه مع اللحمة الهبر المفرومة كل اسبوع مرتين .

للقروح :

توضع اوراقه الخضراء فوق القروح

يحتوي على الفيتامينات « آ » و « جـ » و « ك » وغني بالحديد والكلس ويدخل في الغذاء كمانع للغازات والقولبنج.

السبــانخ

● السبانخ غذاء شتوي ، له قدرة كافية على التغذية ، لوجود العناصر الحديدية في اوراقه ، ويحتوي ايضاً على الكبريت ، والفوسفور ، والكلور ، والكلس ، والنحاس ، وهو غني بالفيتامينات « آ » و « ب » و « ث » .

● من الضروري الاحتفاظ بماء السبانخ عند طهيه ، لأن هذا الماء يحتوي على خلاصة معظم الفيتامينات والاملاح الموجودة في اوراقه ، ويضاف هذا الماء الى الحساء ، كالعدس وغيره وهو ملين للمعدة .

● يؤ خذ نيئاً او مطبوخاً في علاج امراض الصدر ، كما ان عصيره المحلى بالسكر يفيد في علاج اليرقان ، والحصيات البولية ، وعسرة البول .

اليقطيــن .

● ويسمى بالعامية « القرع » وتتفوق قدرته الغذائية على الكوسا وينتسب الى

فصيلته وهو غني بالفيتامينات « آ » كما يحتوي على الحديد والكلس .

● يستفاد من بذور اليقطين لطرد الدودة الوحيدة من الأمعاء اذا اخذت هذه البذور نيئة .

الخَسّ

● الخس يعتبر رمزاً للخصوبة والنمو ، وهو يحتوي على المواد الغذائية الكاملة ، كالحديد ، والفوسفور ، والكالسيوم .

كما انه غني بالفيتامينات « آ » و« ب » و« ث » ومقادير عالية من الفيتامينات « هـ »

● يؤخذ الخس لتقوية البصر ، والأعصاب ، وهو يؤخذ نيئاً غالباً مع « السلطة » ومطبوخاً في أكل الملفوف والحساء .

● يفيد في الامساك ويرطب الجسم ويهدىء الأعصاب .

الفول

● الفول الأخضر غذاء حسن وفاكهة لذيذة ، اما الفول اليابس فيكتسب قيمة غذائية كبرى .

● يؤكل الفول نيئاً ومطبوخاً ، وهو غني بالفيتامين « ب » وبالبروتين الذي يغني عن اللحوم .

● اذا اردنا ان نأخذ وجبة غذائية كاملة من الفول يجب ان نضيف الى الفول البندورة والبصل والثوم والزيت والحمص والخبز . فهي تمنح الجسم قوة حرارية تساعده على اداء اشق الأعمال .

● يوصف لعلاج الرمل وعُسر الهضم :

● تؤخذ حفنة من ازهار الفول وتوضع في كأسين كبيرتين من الماء وترفع على نار خفيفة لمدة ساعة تقريباً ، ثم يشرب المنقوع صباحاً على الريق .

البطاطا

● تعتبر البطاطا من اغنى الأغذية بالقدرة الحرارية ، نظراً لما تحتويه من النشاء والبروتين وهيْ تحتوي على معادن عديدة كالحديد والكلس والبوتاس وعلى الفيتامينات « ث » و « ب » و « آ »

● تؤخذ البطاطا مسلوقة ومقلية ومشوية وتدخل في كثير من الأطعمة .

النعناع

● يستفاد من النعناع في معالجة امراض المعدة والتهابات الجهاز الهضمي ، وضد الصداع ، وهو حسن الطعم والرائحة في نفس الوقت ، وهو يدخل في الكثير من المستحضرات بسبب جودة طعمه وخاصةً التلطيف والتبريد المتوفرة فيه .

● لأوراق النعناع تأثيرات هامة وهي التالية :

آ ـ ينشط عمل حويصلة المرارة والكبد .
ب ـ يمنع تفاعلات التفسخ غير المستحبة في المعدة .
جـ ـ يخفف من شدة حساسية غشاء المعدة المخاطي .
د ـ يساعد على رفع التشنجات وتوليد الغازات المعوية .

● يستعمل النعناع كشاي حسن الطعم كالبابونج تماماً .

● كما يجب عدم غلي النعناع اثناء مزجه بالشاي بل يجب سكب الماء الحار عليها كما يجب عدم الاكثار من شرب شاي النعناع .

الكمأة

● تعتبر الكمأة نوعاً من الفطور وهي تنمو في باطن الأرض . فلا ورق لها ولا جذع .

تحتوي الكمأة على الفوسفور والبوتاسيوم والصوديوم والكالسيوم كما انها غنية بالفيتامين « ب١ » و « ب٢ »

● يصنع من الكمأة الحساء وتقدم بجانب الغذاء كاللحوم والخضار لتزين المائدة بها . كما يجب غسلها جيداً من الرمال والأتربة الملتصقة بها وطهيها جيداً وهي سهلة الهضم . وهي تفوق جميع انواع الفطور في قيمتها الغذائية وهي مقوية للباه والجنس .

الجرجير

● الجرجير نبات يحتوي على مادة خردلية ومواد مُرة مع فيتامين « ث » ويحتوي على اليود والكبريت والحديد .

أ ـ يستعمل كعلاج للشعر المتساقط :

يمزج مقدار ٥٠ غرام من عصير الجرجير مع مقدار ٥٠ غرام من السبيرتو مع قليل من ورق زهر الورد ، ويدلك به جلد الرأس يومياً لمدة شهر .

ب ـ لأدرار البول :

يغلى مقدار ثلاث حفنات من الجرجير مع بصلة كبيرة بيضاء في ليتر ونصف من الماء ويستمر في الغلي حتى يبقى ثلثه ، وبعد تصفيته يشرب وهو فاتر مقدار فنجان قهوة في الصباح ونصف فنجان آخر في المساء .

المتّه

● المتّه شراب ذو مذاق طيب ومفيد ، وله قيمة غذائية لما يحتويه من الفيتامينات « ث » ، وهو كالقهوة منبه دون ان يكون له اثر القهوة في القلب والأعصاب .

● من فوائدها الطبية انها يستفيد منها الذين يشكون القبض المضر ، والصداع ، والذين يشكون عسراً في التنفس ، والذين يشكون الشقيقة ، (آلام جانب الرأس والوجه) .

● وهي ملينة للمعدة ومحركة للعضلات الملساء .
يكثر وجود المته في اميركا الجنوبية وخاصة في الارجنتين والبرازيل .

بـذر الخلـه

● ان بذور الخلة تستعمل لمعالجة خناق الصدر والنوبات القلبية ولتخفيف الألام الكلوية والكبدية :

أ ـ يحضر ملعقة صغيرة من بذر الخلة ومقدار جوزة من شرش الذرة وتضاف الى كـوب ونصف من الماء وتغلى على النار حتى يبقى منها كوب واحـد ، يؤخذ بعد الأكل بساعة كل يوم ثلاث مرات لمدة عشرة ايام .

ب ـ لمعالجة الرمل والحصى :

يؤخذ فنجان قهوة زيت زيتون على الريق ومن بعده يؤخذ حالاً فنجان قهوة ماء ساخن ، وبعد نصف ساعة يؤتى ببذر الخلـة وتغلى في كوب ونصف من الماء وتصفى حتى تصبح كوبـا واحداً ويؤخذ بعد الماء الساخن ثلاث مرات في اليوم لمدة ثلاثة ايام .

العُنّــــاب

● العناب هو احد الثمار التي تماثل البلح والتين في خصائصه وصفاته .

يوصف كعلاج في حالة الاصابة بالسعال وضيق التنفس .

طريقة الاستعمال :

يغلى ٥٠ غراماً من ثماره في ليتر من الماء ثم يصفى ويشرب المنقوع بعد الأكل يومياً ثلاث مرات لمدة عشرة ايام

الخُتْميَّة

● الخُتْميَّة هي مجموعة من الأزهار التي يقبل الناس على اقتنائها واستعمالها في الشرب كما في الشاي .

● تستعمـل زهـورات الخُتْميَّة كوصفة ملينـة ومرطبـة في حالات السعـال والتهاب القصبات

● يحضر ست زهرات ختمية وتضاف الى كوب ونصف من الماء وتغلى على النار حتى تصبح كوباً واحداً ثم تحلى بالسكر ، وتؤخذ ثلاث مرات في اليوم بعد الأكل .

● وفي حالة التهاب الحلق تستعمل غرغرة بدون سكر وفي التهاب اللوزتين كذلك تستعمل غرغرة بدون سكر لمدة اسبوع .

● تستعمل جذور الختمية المطبوخة لتطرية الجلد وتخفيف الآلام .

الزَيْزَفُـــون

● الزيزفون شجرة غنية عن كل تعريف ، فهي بشذاها وعطرها التي تبعث البهجة في النفوس .

يصنع من الزيزفون شراب مفيد ونافع للصدر . كما توصف في علاجات لتسكين الآلام وتهدئة الأعصاب

الاستعمال :

● يضاف ملعقة قهوة صغيرة الى كوب ونصف من الماء ثم يغلى على النار حتى يصبح كوباً واحداً ، ثم يحلى بالسكر ويؤخذ بعد الأكل بساعة ، ثلاث مرات يومياً لمدة عشرة ايام .

السمّـــاق

● السماق شجرة تزرع بكثرة في بلادنا وفي عدد كبير من البلدان ، وتشبه حباته حبات العدس ، ويقطف في موسم الخريف بشرط قبل هطول الأمطار ، لئلا يفقد حموضته .

● يستعمل السُمّاق في حالات الاسهال ، وفي حالات التهاب الحلق « غرغرة » كما انه يستعمل دبساً يضاف الى الأطعمة .

لمعالجة الاسهال الحاد :

يؤخذ عصير السماق بعد الأكل بساعة ، ثلاث مرات يومياً على مدى ثلاثة

ايام ، مقدار نصف فنجان قهوة .

للغرغرة : في حالة التهاب الحلق .

يستعمل منقوعه غرغرة .

الهندي شعيري

● الهندي شعيري يكثر وجوده في الهند وثمره ذو نواة على شكل بيضوي له ثلاث قشور تغلفه وحجمه كحجم حبة الزيتون الصغيرة .

● يستعمل في عدة علاجات منها :

١ ـ التهاب الحلق واللوزتين ، والتهاب لثة الأسنان واورامها : تسحق حفنة من الهندي الشعيري وتوضع في كوبين من الماء ثم تضاف اليها مقدار جوزة من ورق الخبيزة وتغلى على النار حتى تصبح كوبا واحداً وتعمل بها غرغرة ثلاث مرات يومياً لمدة خمسة ايام .

وبعد الانتهاء من الغرغرة يؤخذ بعده مسهل مركب وهو : يحضر ملعقة صغيرة من السلمكة وملعقة صغيرة من اليانسون الشامي ، ونصف ملعقة من بذر الكتان وتغلى على النار في كوب ونصف من الماء وتحلى بالسكر .

تؤخذ صباحاً على الريق ، والأكل بعد اربع ساعات حتى تزول الالتهابات كل يومين مرة واحدة ، لمدة ثلاث دفعات .

٢ ـ للصداع والكبد ولتنقية الدم :

يحضر ٥٠ غرام هندي شعيري و ٢٥ غرام صبرا شقرا و ٥٠ غراماً سكر نبات ، تسحق جميعاً بعد مزجها وتعبأ في برشانات نمرة ١ ، وتؤخذ بعد الأكل بساعة صباحاً ومساءً حبة واحدة كل يومين .

التمر هندي

● التمر هندي تنضج في الخريف ، وتقطف ثمارها وشبه الفول في

فلطحتها ، وثمرتها قرنية القوام ، وكل قرن ، يحوي على بذرة واحدة او اكثر حتى الأربع بذور .

● يصنع من التمر الهندي الشراب المعروف بشراب التمر الهندي ويقدم بالمناسبات ، وهو يباع في الأسواق على شكل عجينة بعد تقشير الثمار وعجن لبها .

يستخدم كعلاج لتنقية الدم وتخليصه من الحموضة الزائدة :

يوضع مقدار جوزة تمر هندي في كوب ماء وتصفى بالشاش حتى الصباح ، وتؤخذ على الريق مع تحليتها بقليل من السكر ، وتؤخذ مساءً نصف كوب بعد الأكل .

اما الذين اصيبوا بالبدانة من المستحسن شربه بدون سكر .

العِرْقُسُوس

● العرقسوس نبات ينمو بكثرة في الأراضي الجرداء ، دون رعاية او عناية ، تقتلع جذور هذا النبات ، من الأرض ، وتترك اكواماً لتختمر قليلاً ، ليزداد لونها اصفراراً ثم تنظف من الأتربة العالقة بها وتصدر الى الأسواق .

● للعرقسوس عدة علاجات ، منها ما يؤخذ شراباً في الصيف كمرطب ومانع للعطش ، وهو يفيد في العلاجات التالية :

١ ـ لمكافحة الأمساك ، وتنشيط الكبد ، و مُدرّ للبول ، وملين للأمعاء :

يسحق ٢٠٠ غرام من العرقسوس ويمزج مع ملعقة صغيرة من الكربونات ويبل بملعقة كبيرة من الماء ، ويوضع داخل قطعة من الشاش وتعلق تحت حنفية الماء ، وتفتح الحنفية نقطة ، نقطة من المساء حتى الصباح ، وتجمع هذه المياه في اليوم التالي لتصبح مقدار ليتر من هذا المحلول . تؤخذ منها ثلاث مرات في اليوم بعد الأكل بساعة لمدة عشرين يوماً ، تكرر هذه العملية كلما نقص الماء يومياً .

٢ ـ للاسهال ولتليين الأمعاء :

تسحق مقدار ٦٠ غراماً من العرقسوس ، و ٤٠ غراماً من زهر الكبريت

و ٤٠ غراماً من الشمر ، و ٦٠ غراماً من السنامكي ، و ٢٠٠ غراماً من السكر النباتي تمزج جميعها وتسف ملعقة واحدة مساء كل يوم لتليين الامعاء ، وملعقتا قهوة مساء كل يوم لاسهال المعدة .

ويفيد ايضاً في شفاء قروح المعدة والتهابات الامعاء .

الزعـــرور

● تستعمل ازهار وثمار الزعرور لتقـوية القلـب وتهدئـة هيجـان الشرايين وذلك :

بأن توضع ملعقة قهوة من زهر الزعرور في قدح ماء مغلي وتؤخذ مرتين او ثلاث مرات في اليوم لمدة عشرين يوماً بعد الأكل .

الكَمُّـــون

● يستفاد من الكمون في الغذاء لاثارة الشهية ولمعالجة التشنج وفي طرد الغازات .

أ ـ للتشنج وطرد الغازات :

توضع ملعقة صغيرة من بذور الكمون في ليتر من الماء وتغلى على النار ، يؤخذ نصف فنجان قهوة قبل الأكل بنصف ساعة ثلاث مرات يومياً ، لمدة خمسة عشر يوماً

ب ـ لادرار الحليب لدى المرضعات :

يمزج قليل من العسل في غرام واحد من الكمون المسحوق ويعطى للمرضعات لأدرار الحليب .

الزَّعْتَـر

● يعتبر الزعتر من اهم الأغذية الصباحية التي تؤخذ في بلادنا ، وهو مضاد للتخمرات المعدية والمعوية ، ويؤخذ مضافاً اليه الزيت او العسل . ويضـاف الى

العجين ليصبح « منقوشة » بعد وضعها في الفرن وتؤكل ساخنة .

١ - في التهابات الشُعب التنفسية والسعال الديكي والربو : يؤخذ مغلي الزعتر الممزوج بالعسل .

٢ - في تحركات الحصى بالمثانة :

يؤخذ مغلي الزعتر الممزوج بالعسل نفسه ، واليك طريقة صنعه :

يوضع ١٠٠ غرام من الزعتر و ٢٠٠ غرام من العسل الصافي في ٣٠٠ غرام من الماء وتغلى على النار يؤخذ بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يومياً لمدة خمسة عشر يوماً .

اليانسون

● يستعمل اليانسون في اعداد انواع كثيرة من الحلويات الشهية كما يدخل بصورة رئيسية في صنع المشروبات الكحولية وخاصة « العرق »

يعطى مغلي اليانسون للأطفال والرضع لطرد الغازات وتهدئة اعصابهم وتخفيف حدة بكائهم .

● يؤخذ مسحوقاً مضافاً اليه الماء او العسل لاثارة القابلية للطعام .

العُبَيتَران

● تستعمل اوراق العبيتران في علاج آلام الحنجرة « غرغرة » يحضر ملعقة من العبيتران ويضاف الى كوب ونصف من الماء ويغلى على النار ويعمل به « غرغرة »

الشمرة

● الشمرة نبات مُعَطّر يدخل في صنع العجة بمقدار غرام واحد ليكسب الطعام مذاقاً طيباً .

● يوصف لطرد الغازات والربو ومهدىء للأعصاب : يمزج ٥٠ غراماً من

الشمرة و ٢٥ غراماً من سكر النبات بعد ان تسحق لتصبح ناعمة ، وتؤخذ سفاً مساء عند النوم لمدة عشرة ايام .

١ - يعطى للأطفال شراباً كمنوم ومهدىء : يغلى مسحوق الشمرة بعد اضافة قليل من السكر اليه في كوب ونصف من الماء .

٢ - كما يعطى هذا المغلي ايضاً للمصابين بالسعال والربو .

اوراق الغار

● ان مغلي اوراق الغار منشط للصحة والكبد وطريقة تحضيره كما يلي :

تغلى ورقتان من الغار مع قليل من قشر البرتقال الجاف في ٢٠٠ غرام من الماء لمدة ربع ساعة في وعاء مغطى .

● كما يدخل زيت الغار في صناعة المشروبات الكحولية ، وفي صنع الصابون .

كبْش القرَنْفُل

● يوصف كبش القرنفل لتطهير الجروح وتخفيف الآلام .

تُغلى مع قليل من الماء وتؤخذ كمطهر للجروح ولتخفيف الآلام .

يضاف الى قليل من الخمر ويؤخذ لطرد الرشوحات يستعمل مغلي كبش القرنفل في « غرغرة » لتخفيف آلام الأسنان .

الخَرْدَل

● يستفاد من بذور الخردل ، ويستعمل مطحونه كلصقة لتخفيف آلام احتقان الدم ، واحتقان الرئتين ، توضع اللصقة على الجسم فتخمرها ، وتقضي على الاحتقان .

● يستعمل الخردل ايضاً في الغذاء كمثير للشهية بعد مزجه بالخل ، لأنه يثير

اللعاب بالفم ، ويسهل المضغ ، فيزيد في افراز العصارات الهضمية ، وينشط عضلات المعدة ، وهو عامل فعال ضد التسمم فيما اذا اخذ الانسان طعاماً فاسداً . لأنه يعقم المعدة ، ويجب تناوله باعتدال .

لصنع لزقة :

يطحن الخردل ويبل بالماء ويوضع بين شاشتين ويلصق على البشرة لمدة خمس عشرة دقيقة وترفع من محلها وتوضع بجانب الألم وتلف حتى الصباح ثم تنزع وتصنع لزقة اخرى ، وتكرر لمدة ثلاثة ايام .

البابونج

● البابونج نبات جميل الشكل ، ينمو في الحقول والبراري ، زهرة البابونج ذات لون ابيض في قمتها رأس اصفر اللون ، ولها رائحة مميزة .

● يستفاد من البابونج لمعالجة الالتهابات الجلدية ، ولتهدئة الأعصاب ، ولمعالجة النزلات الصدرية ، والرشوحات الرئوية ، ولطرد الغازات ، ولشفاء القرحات المعدية ، ولغسل عيون الأطفال ، ولتخفيف آلام العادة الشهرية ، ولغسل المهبل وعلاج افرازاته .

يعمل حقنة شرجية في علاج الامساك . يغلى البابونج على النار كالشاي ويحلى بالسكر ويؤخذ شراباً اما لعمل حقنة فبدون سكر .

يستنشق بخاره في التهابات التجاويف الأنفية .

كما يجب عدم مزجه بالسكر في غسل عيون الأطفال ، وغسل المهبل ، وتخفيف آلام العادة الشهرية .

البنفسج

● تستعمل ازهار البنفسج المجففة عوضاً عن الشاي ، يسكب على الأزهار كمية من الماء المغلي ، ثم يحلى بالسكر ويؤخذ شراباً لذيذاً ومفيداً .

ويستفاد من مغلي البنفسج لمعالجة الرشح والسعال وامراض البرد ، والامساك .

الخبيزة

● تخزن ازهار الخبيزة بعد تجفيفها وتستعمل كمنقوع لبعض الحالات المرضية منها :

أ ـ كمسكن لآلام الحلق ، يعمل منه منقوع حار « غرغرة » . لترطيب الامعاء وتخفيف آلام البطن ، يؤخذ منه حقنة شرجية .

ب ـ للمصابين بأمراض الكلى والمثانة ، يؤخذ منقوع الخبيزة صباحاً لمعالجة القروح والالتهابات الجلدية ، تطبخ اوراقه وتوضع فوق القروح ، والالتهابات الجلدية وتربط بقطعة من القماش .

يؤخذ كغسولات مهبلية لتلطيف احتقان غشاء المهبل .

حشيشة القطة

● تغلى حشيشة القطة مقدار ملعقة قهوة صغيرة في كوب ونصف من الماء ، وتؤخذ صباحاً ومساءً ، بعد الأكل بساعة لمدة خمسة ايام وذلك لمعالجة خفقان القلب ، وتوتر الأعصاب ، وتهدئة الأعصاب وكمنوم ويؤخذ مغلي حشيشة القطة في نصف كوب عند المساء بعد الأكل .

المحلب

● يستعمل المحلب مسحوقاً في تركيب الحلويات لأعطائها نكهة لذيذة وخاصة مع الكعك .

● يوصف كعلاج مسكن للآلام وللخاصرة والظهر ، وفقر الدم .

العلاج :

يمزج مقدار ١٠٠ غرام من المحلب مع ١٠٠ غرام من السكر النبات و١٢ حبة

لوز حلوة وتسحق جميعها لتصبح ناعمة وتسف مرتين بالنهار بعد الأكل لمدة ١٢ يوماً لعلاج السكري .

يسحق ١٠٠ غرام من المحلب مع ١٢ حبة لوز وتسف مرتين باليوم بعد الأكل بساعة لمدة ٢١ يوماً .

العفـــص

● يستفاد من العفص لعلاج القروح ، والاسهال المزمن ، وتآكل الأسنان .

يسحق العفص ويمزج بالماء ويستعمل شراباً لمكافحة الأسهال المزمن ، وتآكل الأسنان .

يمزج العفص المسحوق بالخل ويطلى به قروح الجسم . يسود الشعر اذا غسل بمائه .

القنطريون

● يوصف القنطريون كعلاج للملاريا ومُشهِّياً :

تغلى ثلاثة عيدان منها مع زهرة في كوب ونصف من الماء ويصفى ويؤخذ صباحا ومساءً لمدة اسبوع مع تحليته بقليل من السكر .

القطـــران

● يوصف القطران كعلاج ضد الجرب ، والقمل والصيبان ، وتدهن به الحيوانات اذ يقتل جميع المكروبات على اجسامها .

- للصداع البارد يدهن الرأس بالقطران .

- لطرد الحيوانات السامة يرش القطران حول الدار فتهرب الحيوانات السامة كالعقارب والحيات .

- لطنين ودوي الأذان : يقطر فيها القطران مع قليل من ماء الزوفا ، ويقطر

ايضا فوق الأسنان المصابة لتخفيف آلامها .

ـ للسعال المزمن والربو : يؤتى بابريق صغير بدون ان يغسل ، ويوضع داخله نصف فنجان شاي من القطران ، يبدأ بخضه كل ساعتين مرة لفترة ست مرات ، وعند المساء يقلب الأبريق فوق صحن الى الصباح ، ثم يفرغ القطران منه ويملأ ماءً من جديد بدون ان يخض الابريق ، ويفرغ منه الماء على الارض ، يعبأ الأبريق ماءً نقياً ويشرب منه الماء يعمل بهذه الطريقة لمدة شهرين حتى يزول السعال والربو ، نستنتج من هذه العملية ان الفائدة في رائحة القطران بالماء المعبأ بالابريق

سحـر القطـــران !!!

● يحفر في اربع زوايا الدار بعمق ٢٥ سم بوضع داخل هذه الحفر بندقتين بقشرها مع اضافة قليل من القطران فوقها بمقدار ملعقة لكل حفرة ، ثم تطمرالحفر بالتراب فتهرب الحيات والعقارب عندما تقترب من الدار ولا تعود تدخل الدار .

الحِلْبَة

● الحلبة زهيدة الثمن ، كبيرة الفائدة من حيث انها تثمن بقيمة الذهب لما لها من علاجات نافعة ، وهي غنية بالبروتين والنشا والفوسفور ، وهي تماثل زيت كبد السمك . يستعملها عامة الشعب .

● توصف الحلبة للمرضعات بعد الوضع مباشرة ، لزيادة افراز الحليب وللذين يشكون من قلة الشهية ، وفقر الدم ، وللنحلاء ، تمزج الحلبة بالعسل للمصابين بالامساك المزمن . لعلاج الصدر ، والحلق ، والسعال ، والربو ، والضعف الجنسي .

للمصابين بالسكري : تنقع الحلبة عند المساء في الماء وفي الصباح يؤخذ من مائها شراباً ومن ثم يزاد ماءً وتكرر العملية لمدة اسبوع .

البندق



● البندق غني بالفيتامينات (آ) و (ب) والمعادن كالحديد والفوسفور والكلس .

● يستفاد من البندق للمصابين بالسل ،والسكري ،والرمل ، والتهابات المسالك البولية ، ويستعمل كعلاج أيضاً لطرد الدودة الوحيدة وذلك بأخذ ملعقة صغيرة من زيت البندق صباح كل يوم لمدة خمسة عشر يوماً .

يعمل منقوع البندق ويؤخذ شراباً ، وذلك في حالات الحمى اذ نغلي قشر اغصان شجيرات البندق مقدار ٢٥ غراما في ليتر من الماء .

ـ لادرار البول وامراض الجلد :

يغلى ٢٥ غراماً من ورق البندق في ليتر من الماء ويشرب منقوعه .

ـ للروماتيزم :

تخلط اوراق جافة من البندق والجوز مع قليل من رماد السيجارة وقليلا من ملح الطعام ، ويغلى هذا المزيج في زيت الزيتون حتى يصبح كالمرهم يدلك به الجسم للتخلص من الروماتيزم .

الجوز

● الجوز غني بالفيتامينات (آ) و (ب) . يوصف زيت الجوز للأمراض الجلدية وللمصابين بالسكري .

● يعالج به القروح والأمراض الجلدية كالجرب والحكاك : يغلى ٥٠ غراما من ورق الجوز بالماء ويستعمل مرهما وتضمد به هذه الامراض . كما يفيد هذا المرهم في التهاب الاجفان والبثور .

ـ يمكن ازالة مسامير الاقدام وذلك بدلك قشور الجوز بها .

- لايقاف افراز الحليب لدى المرضعات عند الفطام توضع عدة وريقات من الجوز الاخضر فوق ثدي المرضع .

- للسيدات اللواتي يشكون من السيلانات المهبلية : تغلى اوراق الجوز في ليتر من الماء ، وتترك حتى تبرد مدة ربع ساعة ثم تستعمل حقنة مهبلية .

- لفتح الشهية الى الطعام ولتقوية البنية والجنس : يوضع ٢٥ غراماً من قشور الجوز الخضراء في ليتر من الماء ، ويغلى على نار هادئة مدة نصف ساعة ، ثم يضاف اليه قليل من السكر ، يؤخذ منه قبل كل طعام مقدار فنجان قهوة .

زيت الخروع

● يستفاد من زيت الخروع لمعالجة عدة امراض وقروح جلدية منها (الثالول) وذلك بدلك الثالول ٢٠ مرة في الصباح ومثلها في المساء حتى يدخل الزيت الى داخل التالول لمدة ثلاثة اسابيع .

- لشفاء صرة الطفل عند الولادة ولمعالجة تقرحات الجلد ، ندهن بزيت الخروع ، ولأدرار الحليب ايضاً ندهن الثديان بزيت الخروع .

- لأحمرار العين وتهيجها تنقط فيها نقطة من زيت الخروع .

- يؤخذ مسهلاً للمعدة وذلك بغلي فنجان قهوة من البابونج مع كباية من الماء ، وتمزج مع زيت الخروع وتؤخذ صباحًا على الريق .

- لعدم سقوط شعر الرأس : يوصف فنجان قهوة زيت خروع مع فنجان قهوة سبيرتو ايضا مع فنجان قهوة خل العنب ، تمزج جميعها ويدهن بها الرأس في الاسبوع مرتين .

- للبواصير الخفيفة تدهن بزيت الخروع لتعيدها الى الداخل ، حيث ان زيت الخروع يطريها .

- لوجع الاقدام تدلك بزيت الخروع في المساء قبل النوم ثم يلبس الجوارب وينام فيها حتى الصباح ويعمل بها مرتين في الاسبوع .

- لازالة الشامة من الوجه : تدلك الشامة بزيت الخروع في كل مساء وعند المساء تمسح الشامة بقطعة من القماش لازالة الفائض من الزيت عن الوجه ، لمدة ثلاثة اسابيع .

- تظهر عادة في الوجه وظاهر اليد بقع سمراء ناتجة عن اضطراب في الكبد . تدلك في الصباح والمساء بزيت الخروع لمدة شهر تقريبا لتزول هذه البقع .

- لتوقيف الحمل لفترة ما : يؤخذ حبة واحدة من بذور الخروع فيمنع الحمل لمدة سنة واذا اخذت حبتين يمنع الحبل ايضاً لمدة سنتين .

زيت الـذرة

● يستعمل زيت الذرة لمعالجة الرشح والربو بأخذ ملعقة كبيرة مع كل وجبة طعام .

- لإزالة القشور من اطراف العين ، يؤخذ ملعقة كبيرة من زيت الذرة في الصباح وملعقة ثانية في المساء .

- يفيد زيت الذرة الشعر وجلد فروة الرأس ويعطي الشعر لمعاناً ويزيل قشرة الرأس ، يدلك به جلد الرأس برؤوس الأصابع ، ثم تبلل فوطة بماء ساخن وتعصر جيداً ، وتلف فوق الرأس ، يعمل بها ست مرات كل يوم مرة واحدة .

- يستفاد من شعيرات الذرة لأدرار البول اذ نغلي ٢٥ غراما من هذه الشعيرات في ليتر من الماء ويشرب هذا الماء في التهابات المثانة المزمنة والرمال البولية ، والامراض القلبية والتبول الزلالي .

الشـوفـان

● يستعمل مغلي قش الشوفان المحلى بالسكر كدواء ضد الارق ، ومهدىء للسعال العنيف ، والسعال الديكي ، والتهابات الكبد ، والمرارة والمغص الكلوي . كما يفيد في تسكين نوبات الحصاة البولية .

ـ للروماتيزم وآلام الكلى والاضطرابات البولية ينصح بالاستحمام بماء قش الشوفان .

ـ يوصف حب الشوفان كملين ومسكن للبواسير اذ يوضع عشرون غراما من حبوب الشوفان في ليتر من الماء وتغلى ويؤخذ محلياً بالسكر .

الحمّص

● للحمص مكانة مرموقة على الموائد ، فهو يؤكل اخضراً ومطبوخاً ، ومسلوقاً ، ومسحوقاً . وهو يحتوي على المواد البروتينية المغذية .

ـ والحمص الجاف يحتوي على المعادن مثل الكبريت والفوسفور والكلور والبوتاس والكلس والحديد .

ـ يستعمل في المآكل الشعبية كالفتة ، والحمص بالزيت والفلافل وهو يلينّ البطن ويدر البول ويزيد في القوة الجنسية . ويصنع من الحمص « القضامة » للتسلية .

الرز

● يستعمل الرز في جميع البيوت فقيرها وغنيها لأنه رخيص الثمن ، ويقدم مع جميع المآكل والخضراوات على اختلافها .

● يحتوي الرز الابيض المقشور على البوتاس والصوديوم والكالسيوم والمنغنيز والحديد والفوسفور والكبريت واليود . ويحتوي الرز الاحمر على الفيتامينات (آ) و (ب) و (و) .

ـ يمنع إعطاء الرز للمصابين بالسكري لغناه بالمواد النشوية . وهو يعتبر غذاءً جيداً للمصابين بارتفاع الضغط .

ـ ويفيد مغلي الرز في شفاء اسهالات الاطفال الصيفية . ويدخل الرز في علاج الالتهابات ككمادات بعد طبخه

ـ لتطرية الجلد وتليينه وامتصاص العرق يضاف اليه مسحوق التالك ويصبح مرهما يدهن به الجلد .

القمـــح



● القمح يعتبر من اقدم ما عرفه الانسان من الغذاء الذي لا غنى عنه لكل فرد لما يحتويه من موادالبوتاسيوم والصوديوم والمغنزيوم والفوسفور والحديد والكالسيوم والسليكون .

● وتحتوي النخالة على الفيتامين (ب١) و (ب٢) و (ب٦) و (ب ب) و (و) .

وبناء على ما تقدم فان الخبز الاسمر الحاوي على النخالة يعتبر المغذي الحقيقي والانفع لان الخبز الابيض يفقد جميع المواد الغذائية من الفيتامينات والمعادن التي تغذي الجسم والتي تهب الدم القوة والحيوية والاوكسجين .. فالكلسيوم يبني العظام ويقوي الاسنان ، والسليكون يقوي الشعر ويزيده لمعانا واليود يعدل عمل الغدة الدرقية ، ويضفي على آكله السكينة والهدوء ، والبوتاسيوم والصوديوم والمغنزيوم تكون الانسجة والعصارات الهاضمة .

● يستفاد من مغلي النخالة كمهدىء ضد السعال والزكام الخفيف والحميات ، اذ يغلى مقدار قبضة من النخالة في ليتر من الماء .

ـ يستفاد من مغلي النخالة في حالات تقرحات المعدة .

للاستحمام في النخالة ضد الروماتيزم : يوضع كيلو من النخالة في خمس ليترات من الماء وتغلى لمدة نصف ساعة ثم يضاف هذا الماء الى ماء البانيو .

ـ اما دقيق القمح فيستخدم كعلاج لتهيجات الجلد الملتهب والرضات فيعمل عجينة ويدهن بالزيت ، ويوضع كمادات فوق الجلد ويربط حتى الصباح لتزول

الالتهابات والأورام ، وتخف الأوجاع .

ـ ان الخبز غذاءً ممتاز لا غنى للانسان عنه ، واول طرق الاستفادة منه هي مضغه مضغا جيدا . كما ان الخبز الجاف اسهل هضماً من الخبز الطازج ، لذا من المستحسن تحميص الخبز ليسهل هضمه .

البـرغــل

● تُصنع من البرغل مآكل عديدة ومتنوعة ، وتضاف اليه اغذية اخرى كالخضار واللحوم والبقول .

يصنع البرغل من القمح الكامل بأن يسلق جيدا ثم يجفف بأشعة الشمس ثم يطحن بمطحنة خاصة تحول القمح الى برغل من نوعين ناعم وخشن وكل منهما له طرق خاصة في الطهي والاستعمال .

● يحتوي البرغل على الفيتامين (آ) و (ب) و (د) و (و) . فالبرغل يحتوي على جميع خصائص القمح وقشوره . فهو سهل الهضم لأنه يطبخ مرتين الاولى عند السلق ، والثانية عند التحضير . فهو خير من الرز واغنى منه بكثير من المواد والفيتامينات .

● والبرغل لا يسبب السمنة . كما انه يهضم جيدا اذا كانت المعدة قوية ، اما الذين يشكون من ضعف المعدة فيجب عليهم الاقلال من تناوله .

الشعيـــر

● ان الشعير يماثل القمح بقدرته الغذائية غير انه عسير الهضم لكثرة الالياف فيه ، ويحتاج الى معدة قوية وهضم جيد ، يستفيد منه المجهدون والعمال والفتيان وهو يتميز عن القمح بما فيه من المواد المعدنية الهامة كالفوسفور والكلس والبوتاس .

● عند الحاجة يمزج دقيق الشعير مع دقيق القمح فيكون غذاءً ممتازاً غير ان لونه وطعمه ليس مقبولاً كالخبز المصنوع من القمح .

● ويدخل الشعير في صنع الاشربة المشهورة (كالبيرة) .

- يستفاد من نخالة الشعير في تسكين آلام التهابات المثانة .

- ويصنع من دقيق الشعير الممزوج بالخل مرهم يعالج به آلام الظهر المسماة (لمباجو) . كما يصنع من مسحوقه مقو يؤخذ بعد غليه ويستخدم ماؤه في تنظيف الجروح المتقيحة .

العســـل



● العسل غذاء حي استمد وجوده من الازهار والنباتات واشعاعات الشمس والهواء فهو بمثابة (مدخرة) لمزايا هذه الظواهر الطبيعية التي تحتوي سر الحياة .

● فالعسل هو نتاج النحلة اد تطير مسافات بعيدة وتمتص الرحيق من الازهار وتجمعه وتفرزه في الخلية ومن ثم يبدأ بقطعه ويعد للأكل وهو يدخل في كثير من العلاجات .

● العسل اغنى الاغذية بالمواد المعدنية كالحديد والكلس والفوسفور والكبريت والفيتامينات (ب)و(ث) .

● يوصف العسل للواهنين والعمال :

- يوضع ملعقة كبيرة من العسل على الخبز ويمزج بموزة واحدة ونصف تفاحة مبروشة ويعمل منها سندويش وتؤخذ لمدة شهر يومياً .

- يعطى ملعقة كبيرة للطفل يومياً يقيه من شر الكساح .

- يعطى للطفل ملعقة صغيرة قبل النوم يمنع تبوله في الفراش .

فالعسل ينظم حركة التنفس وينفع المصابين بفقر الدم والشيخوخة ويستعمل في كثير من العلاجات .

الحليب

● الحليب مُغَذّ ومُنشّط بشكل جيد وهو مركب من مواد دهنية واملاح معدنية وسكرية ومن الكلس والسوديوم والحديد والفوسفور ومن الفيتامينات (أ) و (ث)

ولما كان الجسم بحاجة الى كمية كبيرة من الكالسيوم فلا بد من تناول الحليب بكميات كبيرة وبصورة معتدلة .

● ولتعاطي الحليب بشكل افضل يستحسن أن يؤخذ عند الصباح مع اضافة قليل من البن او الكاكاو اليه او الشاي وهو غذاء مثالي للطلاب والمشتغلين بعقولهم وله صلة وثيقة بقوة الرجل الجنسية ويتناوله الرياضيون والعمال .

● كما ان اكثر انواع الحليب شيوعاً واقلها كلفة هو حليب البقر وهو اخف حليب على المعدة بالنسبة للأطفال وللناقهين .

● ويستخرج من الحليب اللبن ، والزبدة والجبنة .

اللبن

● ان اللبن يدخل في كثير من الاطعمة والأغذية وله قدرة عظيمة على تطهير الأمعاء من الجراثيم والحيلولة دون حدوث التخمرات والتفسخات المؤدية الى التسمم ، كما ان اللبن الرائب يؤخر اعراض الشيخوخة .

● يحتوي اللبن على مجموعة من الفيتامينات (آ) و (ب) و (ث) و (د) ويفيد اللبن في اذابة الرمال البولية كما يمنع تشكل الحصيات في الكلى والمثانة .

● كما ان اللبن يفيد اللثة اذا دلكت به ويكسب الفم رائحة طية اذا استعمل في « المضمضة » . ويجعل الأسنان ناصعة .

● وان مصل اللبن يحتوي على عناصر مفيدة مدرة للبول لذا يجب الاستفادة منه بدلاً من طرحه .

الجبن

● لقد اعتدنا على تناول الجبن مع طعام الفطور فالفوائد التي يحققها الجبن

اكثر من ان تحصى ، انه يحوي على اكثر عناصر الحليب . كما انه يعتبر غذاءً هاضماً اذا اخذ بعد الطعام لأنه يمتص الحوامض الزائدة في المعدة ويساعدها على الهضم .

● فالجبن يحتوي على المعادن كالكلس والفوسفور ومن الفيتامينات (آ) و (د) و (ب) و(ب١٢) و (ب٢) و (ب٦) و (ب ب) و (و) و (هـ) لذلك فالجبن يفيد في آفات الجلد والتهاب الملتحمة العينية ، والتهاب غشاء المثانة ، والتهاب الشبكة العينية . واذا اخذ الجبن بعد الطعام فانه يساعد على الهضم ويحول دون حدوث الحرقة والآلام لدى المصابين بفرط الحامضية والقرحة المعدية او الأثني عشرية .

● للجبن انواع كثيرة منها الطري ، والمطبوخ ، والمتخمر :

ـ فالجبن الطري يتم الحصول عليه باضافة « المنفحة » الى حليب لم تبرد حرارته فيتخثر ثم يعصر ويصب في قوالب ويؤكل نيئاً بعد اضافة الملح اليه .

ـ اما الجبن المطبوخ فتضاف « المنفحة » الى الحليب الفاتر ويسخن مرة اخرى لدرجة ٦٠ ثم يعصر ويصب في قوالب ويسمى (القشقوان) او (الرومي) او (الغروير) .

ـ اما الجبن المختمر ويتم الحصول عليه بترك الجبن الطري بعد فصله من مصله حتى يتخمر ويتعفن ومنه يستخرج « الشنكليش » الذي يكثر استعماله في بلادنا وخاصة في مدينتي حمص وحماه في سوريا .

الزبـــدة

● الزبدة هي احدى مشتقات الحليب وتحوي على ميزات الحليب وفوائده يضاف اليها ارتفاع نسبة المواد الدهنية ارتفاعاً كبيراً .

● ان طريقة صنع الزبدة قد تطورت مع تطور الزمن فهي تعتمد على المراحل التالية : التجميع ـ ثم النضج ـ ثم المخض ـ ثم الصرّ .

● فالزبدة مادة سريعة العطب لذلك يتطلب حفظها بعناية خاصة في درجة برودة معينة .

- يستفاد من الزبدة للمصابين بتصلب الشرايين وهي مسؤولة عن ارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم اما اذا اخذت بمقادير معتدلة فليس هناك اي محذور من تناولها .

- وتعتبر الزبدة افضل من السمن النباتي كمادة دهنية حيوانية نظراً لأحتوائها على الفتيامين (آ) .

- تفسد الزبدة بتماسها مع الأوكسجين اي مع الهواء لذا يجب حفظها في رقائق من الالمنيوم ووضعها في البراد .

الزيـــت

● يستخرج الزيت من عدة نباتات ، منها زيت الزيتون وزيت القطن ، وزيت الفستق ، وزيت دوّار الشمس ، وزيت الذُرة ، وزيت فول الصويا .

● ان هذه الزيوت لا تحتوي على الأحماض المشبعة التي تحتوي عليها المواد الدهنية الحيوانية ولذا فهي لا تسبب ترسب الكوليسترول . ولا في حدوث آثاره الضارة وان اهم هذه الزيوت النباتية هي : زيت الزيتون فهذا الزيت يمتاز عن غيره من الأدهان والزيوت بصفات كثيرة تعود على الانسان بالصحة والعافية . لأنه سهل الهضم ويحتوي على عدد من الفيتامينات الضرورية لجسم الأنسان منها فيتامين (د) الذي يقي الاطفال شر الشلل وتقوّس الساقين . ويعتبر زيت الزيتون عاملاً قوياً في زيادة القدرة على التفكير والذكاء . كما انه مادة غذائية شهية ومعطرة ويجلب الشهية للطعام .

● ولما كان زيت الزيتون غنياً بالفيتامين (و) فهو مخصب ، مقوللنسل ويفيد الشيوخ في منحهم القوة الجنسية .

- يستعمل في حالات الحصيات المرارية الكبدية ، وفي حالات الأمساك والتشنج المعوي .

- للأمساك يمكن تناول ملعقتين كبيرتين من الزيت قبل الطعام بنصف ساعة . لا يدخل الزيت في كثير من المراهم .

اللحــوم

● اللحم عنصر اساسي ومغذٍ للجسم وغني بالأملاح المعدنية كفوسفات البوتاسيوم والصوديوم والكلس والمانيزا والكلور والحديد وهو غني بالمواد الزلالية والبروتينات .

● والكبد الحيواني اغنى من اللحم في فيتامين (آ) الواقي من مرض ضعف الأبصار ليلاً والى جانب الفيتامين (آ) نجد في الكبد مقادير وفيرة من فيتامين (د) الواقي من الشلل ولين العظام . ومقادير نسبية من فيتامين (ب١٢) الواقية من فقر الدم .

● افضل اللحوم هي لحم الغنم والبقر لأنها سهلة الهضم وافضلها لتقوية الجسم .

- يدخل اللحم في عدة انواع من الأغذية فهناك طرق عدة بالنسبة للطهو واهمها : المشوي والمقلي والمسلوق .

ينصح الناقهين من المرضى والمصابين بفقر الدم بتناول اللحوم والدجاج والكبد والأكثار منها لأنها تنقل الى أكلها الحديد وهو المادة الضرورية لكل انسان .

المقــادم

● المقادم (اي الكوارع) هي ايضا احدى الأغذية الشعبية الشائعة والتي يصنع منها عدد من المآكل الشهية وخاصة الحساء المعروف « بالفتّة » فهي تفيد في تنبيه الشهية وفي حالات الضعف العصبي والنقاهة وأمراض العظام والضعف العام .

السمــك

● السمك مصدر جيد من مصادر البروتين وهو يتفوق على اللحم من هذه الناحية .

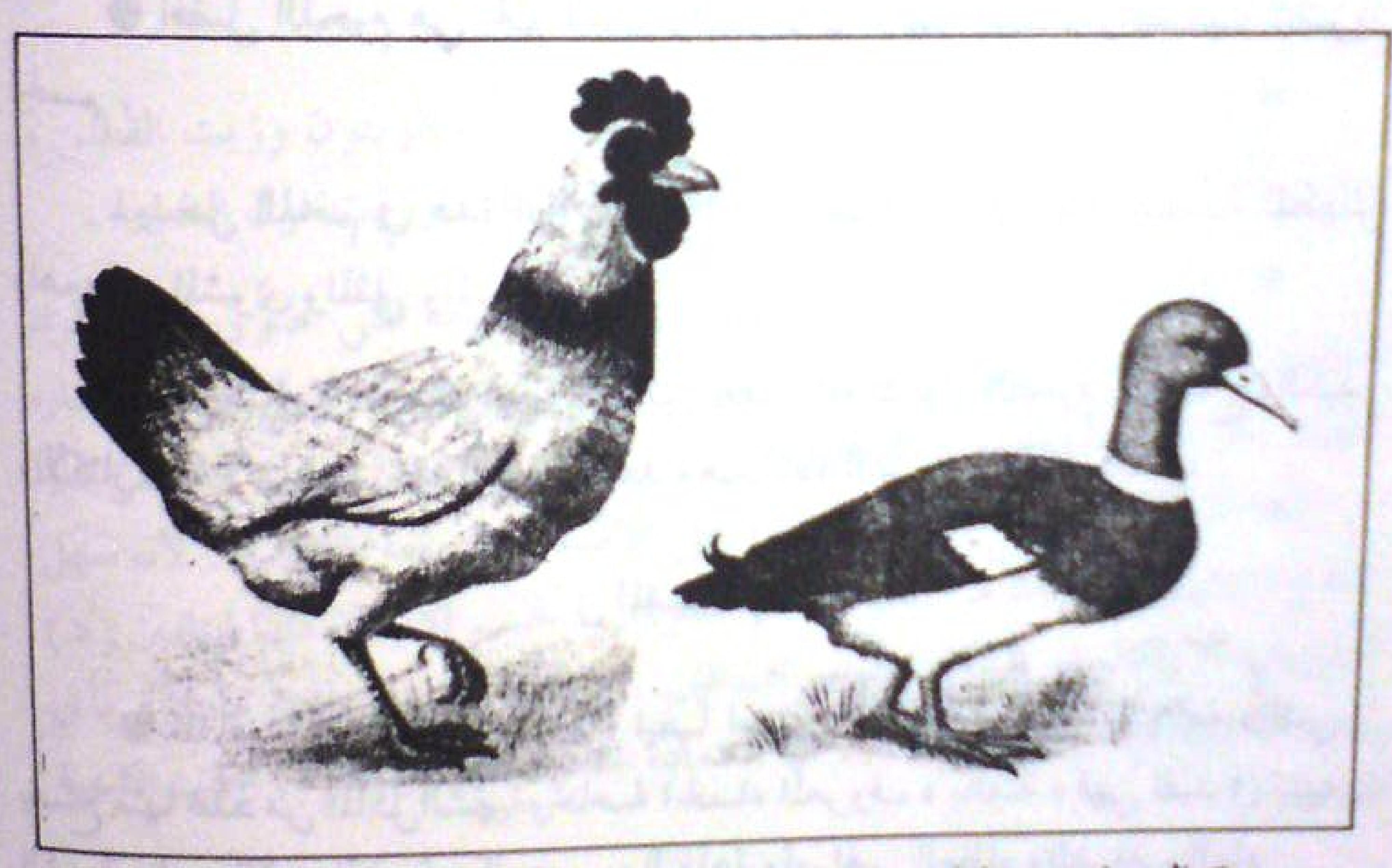
● ويمتاز دهن السمك عن دهن اللحم بأنه اسهل هضماً لوجود نسبة اليود التي تسهل العصارة البنكرياسية مهمة امتصاصه .

● والسمك غني ايضاً بالفوسفور الذي له دور بالغ الأهمية في حياة الأنسجة ، اذ يساعد العامود الفقري والأسنان على النمو ، وهو يحتوي على الكالسيوم ومن الفيتامينات على (آ) و (د) التي تعتبر علاجاً لتقوس الساقين .

● والفوسفور الموجود في السمك يساعد المصابين باضطراب الذاكرة او ضعفها .

وهناك عدة طرق لاستعمال السمك في الطعام : طازجاً او محفوظاً بالعلب او مجففاً او مدخناً .

الدجاج والطيور



● الدجاج من الطيور الداجنة التي اهتم الانسان بتربيتها ليسهل عليه تناول لحومها وبيضها وهو ثمين في طيب مذاقه ولذة طعمه .

● يمتاز لحم الطيور قبل كل شيء برقته لانه يحتوي على انسجة عضلية مرنة يسهل تفتيتها لأنها خالية من ذلك الغلاف القاسي الذي يلف العضلات والذي نراه في لحم الماشية ، وينتج عن ذلك تسهيل مهمة مضغه وهضمه .

● الدجاج يؤكل عندما يكون فتياً اي في سن ٨ - ١٠ اشهر .

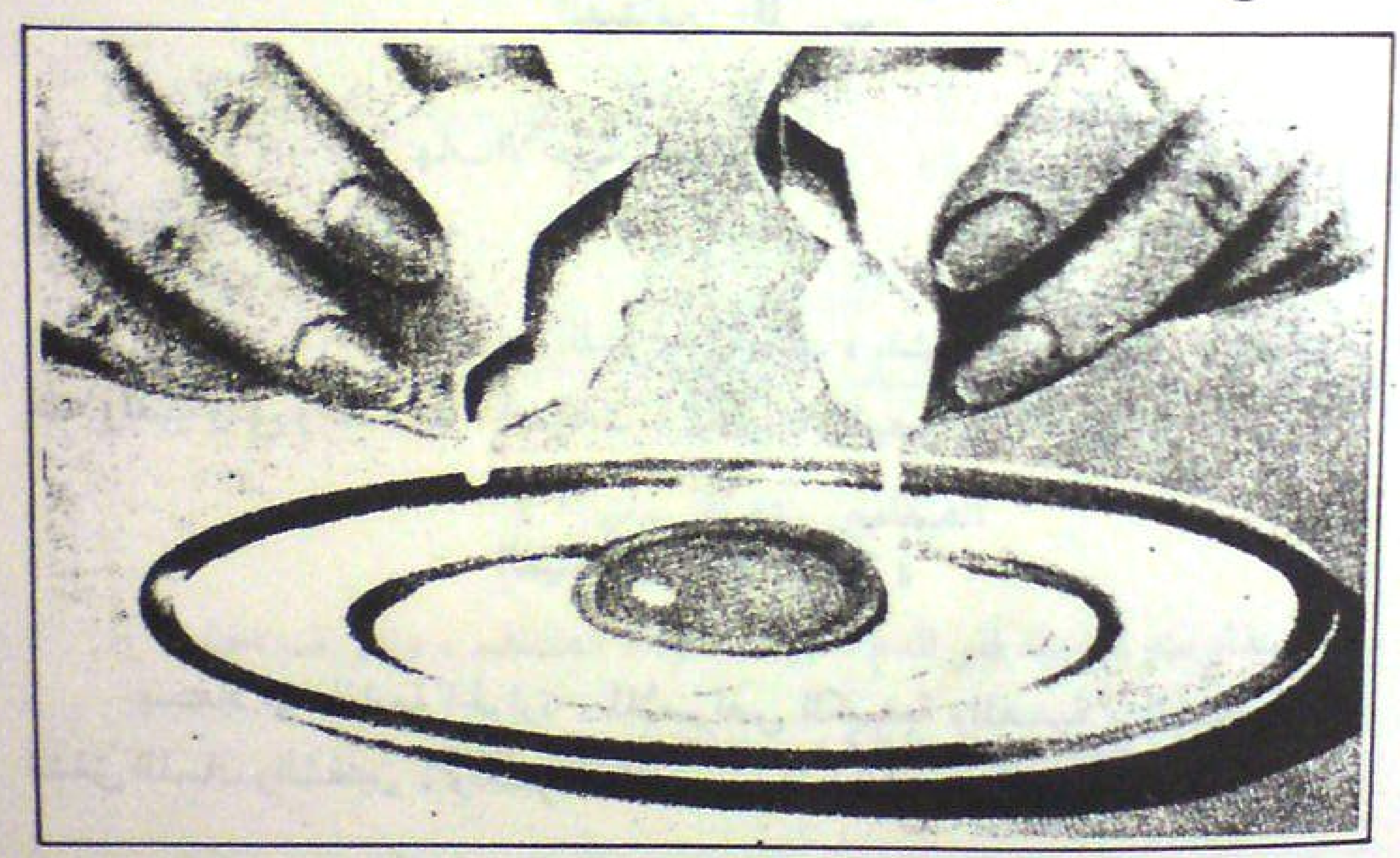
● في الطيور مجموعة فيتامينات (ب) و (ب ب) والدجاج اول ما يوصف علاجاً للمرضى وللناقهين .

● يؤخذ الدجاج مشوياً لسهولة هضمه ، ويدخل في عدة انواع من الطهي ليستفاد من شحمه وخاصة في الحساء .

البيـــض

● البيض غذاء رئيسي من اغذية الأنسان ومفيد جداً وجميع عناصره قابلة للأمتصاص سهلة ، وهو يعادل اللحم في قوة غذائه .

فمُحّ البيض يحتوي على الفيتامينات (آ) و(ب ب) و(د) و (هـ) واسهل



انواع البيض هضماً هو النوع المسمى (فيمبرشت) والنوع المسلوق اسهل هضماً من المقلي .

ويدخل البيض في كثير من انواع الكاتو والكيك .

يضاف الى مـاء الشرب المقدم الى الدجاج قليل من الخل فيكسبهامقاومة للأمراض ويزيد في نموهـا وعندها يكون اشهى واطرى وينضج اللحم عند الطبخ بسرعة وسهولة .

الفيتامينات

الفيتامينات « A ـ آ »

لهذا النوع من الفيتامين عامل مهم في زيادة الوزن والنمو ، ولمعالجة العقم ، وتصلب الشرايين ، والصمم الشيخوخي .

مصادر هذا الفيتامين موجودة في زيت السمك ، وصفار البيض ، والكبد ، والجبن ، والنخاع ، والزبدة ، والجزر ، والبرتقال ، والمشمش ، والملفوف ، والبطيخ ، والسبانخ ، والقرنبيط ، والخس ، واللوز ، والجوز ، والفاصوليا .

الفيتامين «B ـ ب»

يستفاد منه في التهاب الاعصاب وعرق النسا ، والسكري ولتنشيط الذاكرة ، وشلل الأطفال ، وللنقاهة .

مصادره : الأرز بقشره ، البقول والحبوب « بقشورها » الخضار ، الفواكه ، كبد وقلب وكلى وعضلات الحيوانات ، الحليب والبيض وماء السلق .

الفيتامين « B2 ـ ب٢ »

يستفاد منه لمقاومة الحرارة ، للأمراض الكبدية والمعدية ، للشيخوخة ، تشقق اللسان والشفتين ، وتكسُّر الأظافر ، وسقوط الشعر ، فقر الدم ، السكري .

مصادره موجودة في بعض اعضاء الحيوانات : (الكبد ، الكلاوي ، القلب) وفي الحليب ، والسمك ، والسبانخ ، والخس ، والجزر ، واللفت ، والنقوع ، والبندورة ، واوراق الفجل ، والموز ، والخوخ .

الفيتامين « B 3 ـ ب٣ »

يستفاد منه في معالجة الصَّلع والشيب وتقوية الشعر . وهو موجود في : الكبد ، والخمائر ، كخميرة البيرة والعجين، والخميرة الجافة .

الفيتامين «B5 ـ ب٥»

يستفاد منه لمعالجة الانحطاط العصبي ، وقلة الشهية للطعام وفي التهاب الكولون والأسهال ، والحكة الفرجية والشرجية ، واضطراب القلب لدى الشيوخ .

يوجد هذا الفيتامين في الخمائر ، وصفار البيض ، واللحم والخبز الكامل ، والعدس ، والزبدة ، والفاصوليا ، والملفوف ، والهليون ، والجزر ، والباميا ، والملوخية ، والبلح ، والباذنجان ، والفجل ، والليمون .

الفيتامين «B 6 ـ ب٦»

يستفاد منه لمعالجة تشنج عضلات الاطراف واهتزازها ، وللصرع ، والشلل، ولآلام الرأس المزمنة .

يوجد هذا الفيتامين في : القمح والذرة ، وقصب السكر ، والخمائر ، والدبس ،والسبانخ ، وصفار البيض ، والكبد ، والحليب .

الفيتامين «B 12 ـ ب١٢»

يستفاد منه لمعالجة فقر الدم الخبيث ، وداء الصدف ، والنزيف الحاد .

يوجد هذا الفيتامين في : الكبد ، اذا اخذ حتى الشبع .

الفيتامين «C ـ ث»

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة الحميات ، وذات الرئة ، والتيفوئيد ، والسعال الديكي ، والنزيف ، ولبعث النشاط في العمال والمفكرين .

يوجد هذا الفيتامين بكثرة في الفواكه كالحمضيات ، الليمون والكريفون والبرتقال ، وفي التوت الشامي ، والفليفلة ، والموز ، والبندورة ، والملفوف ، والسبانخ ، والبقدونس ، والكراث ، واللفت ، والجرجير .

الفيتامين «D ـ د»

يستفاد من هذا الفيتامين في معالجة تسوّس الأسنان ، ولين العظام ، والآفات السلية التدرنية ، وداء الصدف .

يوجد هذا الفيتامين في الزيوت الحيوانية وفي المواد الدهنية وخاصة في كبد الحوت ، وفي الزبدة ، وصفار البيض وفي الحليب ومشتقاته .

الفيتامين «E ـ و»

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة الآفات القلبية وتصلب الشرايين وهو يلعب دورا هاما في التناسل وسمي بفيتامين الأخصاب ، ويساعد على مد النمو في الحيوانات المنوية .

يوجد هذا الفيتامين في : جنين القمح ، وزيت الفستق ، وزيت الذرة ، والقطن ، وزيت فول الصبويا ، وزيت الزيتون ، والملفوف ، والسبانخ ، والبقدونس ، والجوز ، والخس ، والبازلا ، والهليون ، وصفار البيض والكبد .

الفيتامين «K ـ ك»

ان خصائص هذا الفيتامين هي في تأمين الخميرة الخاصة بتخثير الدم ـ ولمعالجة التهاب الكبد ، واليرقان . والتهاب الطرق الصفراوية والكيس الصفراوي .

يوجد هذا الفيتامين في السبانخ والقرنبيط ، واوراق الحبوب الخضراء والجزر ، والملفوف ، والبطاطا ، والبندورة ، وفي الزيوت النباتية وزيت السمك .

الفيتامين «H ـ هـ»

ان خصائص هذا الفيتامين هي في معالجة آفات الجلد والشعر ، وحب الشباب ، وقشرة الرأس ، والصلع ، والشيب المبكر .

وهو موجود في عصارة السكر ، وقشرة الموز ، والكلى ، والدماغ ، والكبد .

العلاجات العامة تحضيرها ـ واستعمالها

علاج للسكري

١ ـ يحمص مقدار ٥٠ غراما من الترمس و٥٠ غراماً من الحلبة و٥٠ غراما من الهندي شعيري وتسحق لكي تصبح ناعمة وتمزج مع بعضها ، ثم يضاف اليها ٥٠ غراماً من مسحوق صبر اشقرا و٢٥ غراما من المانيزا و٥٠ غراما من الكربونات وتعبأ في برشانات نمرة ١ .

يؤخذ منها حبة صباحاً وحبة مساءً بعد الأكل بساعة .

٢ ـ يحضر ٢٠٠ غراما من مسحوق الكبريت العامودي ، و٥ غرامات من ملح الطرطر و٥ غرامات كثيرة ، وتسحق جميعها وتمزج مع بعضها وتعبأ في برشانات نمرة ٢ .

يؤخذ منها حبة واحدة ظهرا بعد الأكل بساعة بجانب الوصفة الأولى .

يؤخذ هذان النوعان من البرشانات مدى شهرين وبصورة منتظمة اي البرشانات نمرة ١ صباحا ومساءً والبرشانات نمرة ٢ ظهراً .

علاج آخر للسكري

تقطع حبة من شرش الروباص الى اربع قطع ويضاف اليها خشبة واحدة من خشب البربريز ، وتنقع في كوب من الماء عند المساء ، وفي الصباح التالي يصفى ويشرب المنقوع على الريق ، ثم يعبأ الكوب مرة اخرى ماء في الصباح ويشرب في المساء عند النوم وتكرر العملية لمدة ثلاثة ايام وتطرح الحثالة ، ثم يستعمل مقدار آخر من شرش الروباص وخشبة البربريز لمدة ثلاثة ايام اخرى وتكرر هذه العملية لمدة شهرين .

علاج آخر

تمزج ملعقة كبيرة من الويسكي مع ملعقتين صغيرتين من دبس الرمان وتؤخذ

مساءً بعد الأكل بساعة وتؤخذ نفس الكمية لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج آخر

يمزج ١٠٠ غرام من مسحوق المحلب مع مسحوق عشر حبات من اللوز الحلو وتسف ملعقة صغيرة صباحاً ومساءً بعد الأكل لمدة خمسة عشر يوما .

علاج آخر

يمزج ٢٠٠ غرام من الكبريت العامودي في ١٠٠ غرام من ملح الطرطر و٥٠ غراماً من القضامي صفراء بدون ملح و١٠٠ غرام كثيرة وتسحق مع بعضها ويسف منها ملعقة صغيرة بعد الأكل صباحاً ومساءً لمدة شهر .

علاج آخر للسكري

يمزج ملعقة كبيرة من دبس الرمان مع ملعقة صغيرة من السبيرتو الأبيض وتؤخذ صباحا على الريق ويعمل بهذا المقدار لمدة شهر .

علاج آخر

تغلى نصف قشرة برتقال مع نصف قشرة ليمون في كوبين من الماء حتى تصبح كوبا واحداً .

يؤخذ لمدة عشرة ايام كل يوم كوب واحدة .

علاج آخر

يسحق ٥٠ غراما من بذر الكتان مع ٥٠ غراما من الترمس و٥٠ غراما من الحلبة وتمزج مع بعضها .

تؤخذ سفاً ملعقة صغيرة بعد الأكل بساعة وملعقة صغيرة بعد الأكل عند المساء حتى ينتهي هذا المسحوق .

علاج للسكري

يسحق ٢٠ غراماً زنجبيل و٢٠ غراماً حب الهال و٣٠غراماً هندي شعيري وتمزج في نصف كيلو عسل صافي لتصبح معجونة .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات مقدار ملعقة صغيرة بعد الأكل لمدة عشرين يوماً .

إذا كانت المعدة مصابة بالكتم اولاً يؤخذ مسهل مقدار حمصة سفاصبرا شقرا لمدة خمسة عشر يوما (يوماً بعد يوم) صباحا على الريق والأكل بعد ثلاث ساعات .

علاج آخر للسكري

يغلى ٥ غرامات حشيشة الذهبي في ثلاث ليترات من الماء حتى تصبح ليترين .

يؤخذ يومياً ثلاثة أكواب من هذا المغلي أي ليتر واحد والبقية لليوم الثاني .

ويعمل كل يومين مغلي جديد ويؤخذ لمدة شهرين .

علاج للسعال والنزلات الصدرية

١ ـ يحضر ٥٠ غراماً سلمكة وشمار و٢٠ غراماً ، ويانسون ٢٠ غراماً و١٥ غراماً كزبرة ، و١٥ غراماً بذر كتان ، و٦٠ غراماً سكر نبات .

تمزج هذه المقادير مع بعضها وتوضع في ١٦ كوب من الماء ، وتغلى على النار حتى تصفى ٨ كبايات .

٢ ـ يحضر ١٠٠ غرام يانسون و١٠٠ غرام بذر كتان و٥٠غراماًكزبرة تمزج مع بعضها وتضاف الى كباية ونصف من الماء ، وتغلى على النار .

اولاً يؤخذ من الشراب الأول كوباً واحداً على الريق والأكل بعد اربع ساعات ويوضع الباقي في البراد ، ثم يؤخذ الشراب الثاني ثلاث مرات في اليوم مقدار ملعقة صغيرة بعد الأكل وذلك في اليوم الثاني أي اول يوم يؤخذ الشراب

الأول فقط وفي اليوم الثاني يؤخذ الشراب الثاني .

تكرر هذه العملية حتى الانتهاء من شرب المستحضرين .

علاج للسعال الديكي

يذوب مقدار ٥ غرامات صمغ فستق حلبي مع ملعقة صغيرة من الزبدة على النار ، تؤخذ على الريق ممزوجة مع البابونج ومساء عند النوم لمدة خمسة ايام

وبعده يغلي الزيزفون مع البابونج مقدار كوب واحد يؤخذ بعد المستحضر الأول لمدة خمسة ايام .

أي يؤخذ المستحضران في يوم واحد .

علاج للسعال الديكي ايضا

يغلى ١٠ غرامات زهر البنفسج و٢٥ غراماً عسل و٥ غرامات تيهان و٣ غرامات كنافة البحر و٣ غرامات بذر السفرجل وغرامين صمغ الفستق الحلبي .

اولاً يغلى هذا المزيج على النار في ست كبايات من الماء لتصبح ثلاثة اكواب .

يؤخذ من هذا المزيج ثلاث مرات في اليوم كوباً واحداً بعد الأكل لمدة اسبوع .

اولاً تؤخذ استراحة اسبوعاً واحدا ثم يؤخذ لمدة اسبوع آخر جديدا ثانيا حتى يزول السعال .

للسعال الديكي ايضاً

يغلى ٢٠٠ غرام من حليب البقر بعد اضافة ٢٠ حبة عناب اليه مع تحليته بقليل من السكر .

اولاً يصفى هذا المستحضر ، ثانياً يؤخذ صباحاً ومساء لمدة ستة ايام نفس الكمية .

علاج للسعال الناشف

يمزج ٥٠ غراماً من الطحين مع ٦٠ غراماً من العسل المصفى و١٠ غرامات زنجبيل مسحوق تمزج مزجا جيدا :

يؤخذ ملعقة كبيرة كل يوم صباحاً بعد الأكل .

علاج للسعال

يعصر حامضة واحدة في نصف قدح عرق ، تؤخذ ثلاث مرات باليوم لمدة ثلاثة ايام مقدار ملعقة قهوة صغيرة .

علاج للسعال

يسحق ملعقة صغيرة زنجبيل وتمزج في ملعقتين من العسل المصفى وملعقة كبيرة من الطحين .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة صباحا على الريق لمدة اسبوع .

علاج آخر للسعال الديكي

تقطع بصلة واحدة على شكل شرائح وتسخن على النار تسخيناً جافا بدون ان يصفر لون البصل ويرش على الشرائح ٢٥ غرام بذر كتان ناعم .

توضع هذه الشرائح بين شاشتين وتلصق على الصدر من المساء حتى الصباح وتربط جيدا ويعمل لمدة اربعة ايام كل يوم شرائح جديدة .

أ ـ يستفيد من هذه الشرائح المصابون بالتهاب الرئة ، اذا وضعت هذه اللصقات على الظهر .

ب ـ الادرار البول توضع على الحالبين .

ج ـ لمعالجة اللوزتين والبحة توضع على الرقبة .

للسعال الدائم :

توضع ليمونة حامضة في ماء يغلي فوق نار معتدلة ، لمدة عشر دقائق يلين فيها جلد الليمونة ويصبح مرناً ، اخرج الليمونة من الماء الغالي واقطعها نصفين ، اعصرها وضع العصير في كوب اضف الى عصير الليمونة نحو ملعقتين من الغليسرين وامزجها جيدا . واضف اليهما العسل حتى يمتلىء الكوب ، تؤخذ من هذا المزيج ملعقة صغيرة قبل النوم ، اما اذا كان السعال شديدا فتؤخذ خمسة ملاعق صغيرة في اليوم أول ملعقة في الصباح قبل الطعام واخيرة قبل النوم .

علاج للسعلة

تبرش فجلتان ويرش على المبروش سكر نبات ناعم ويؤخذ مقدار ملعقة صغيرة يومياً صباحا ومساء والباقي يوضع في البراد .

علاج للرشح

تمزج ٥ غرامات استيبويك و٥ غرامات فانيلا يشم من هذا المزيج مثل السعوط (العطوس) مرتين باليوم لمدة ثلاثة ايام حتى ينقطع سيلان الأنف ويزول الرشح .

(أ) للوقاية من الرشح :

إذا مضغت يومياً قطعة من شمع العسل قبل ظهور الرشح بشهر واحد ، يمنع ظهور الرشح بتاتا واذا ظهر الرشح فيكون باعراض اخف من المعتاد .

(ب) للأنف المسدود :

تمضغ قطعة من شمع العسل كل ساعة قطعة واحدة بمقدار حبة العلكة وتبصق ، تكرر هذه العملية بقطع جديدة خمس أو ست مرات في اليوم ، فتزول

الالتهابات الحادة من الأنف المسدود ، ويزول ما كان يشعر به من آلام وتعود للجسم راحته ، ويلزم متابعة عملية المضغ هذه بعد الشفاء لمدة اسبوع للحيلولة دون حدوث النكسة . واذا أُخِذَتْ الى جانب ذلك ملعقتان صغيرتان من العسل مع كل وجبة طعام ، فيمنع اصابة الرشح او التهاب الجيوب الأنفية او الكريب .

(ج) علاج للرشح :

تنقع قطعة شاش بالسبيرتو الابيض وتلف حول العنق ويمكن استنشاق المنديل ايضا عدة مرات في اليوم .

علاج للسل

● يربى هِرّ ذكر على اكل اللحم حتى يسمن ثم يذبح ويعمل قسم من لحمه شوربة ويقدم للمريض واللحم الباقي يوضع في البراد قيد الاستعمال .

● يعمل يوميا اكلة شوربة من هذا اللحم لمدة خمسة عشر يوماً وبعده يؤخذ راحة لمدة خمسة ايام ثم يذبح هر آخر ويعمل من لحمه شوربة ويؤخذ لمدة خمسة عشر يوماً آخر .

يشترط ان لا يعلم المريض انه يأكل لحم الهر حتى لا تشمئز نفسه من تناول الشوربة .

يستفيد من هذا العلاج ايضا المصابون بالضعف العام المستفحل اذا اخذوا الشوربا .

لمعالجة الربو
وضيق النفس

دهن خنزير ٢٠٠ غرام ، يذوب هذا الدهن على النار حتى يصبح الى النصف .

عندها يحضر كوب ونصف ماء ويذوب في الكوب ملعقة حليب مع ملعقة صغيرة من الكاكاو مع قليل من سكر النبات .

عند المزج يؤتى بملعقة صغيرة من دهن الخنزير المذوب وتخلط بالمزيج .

يؤخذ صباحا على الريق ملعقة صغيرة لمدة ١٥ يوما . بعد هذه المدة استراحة لمدة ١٥ يوماً ثم تعاود المعالجة مدة ١٥ يوماً ايضاً .

وخلال هذه المدة يشفى المريض تماما وهذا الدواء هو من انجع الادوية للربو ويعطي مفعولا اكيدا .

علاج للربو

● يغلى مقدار جوزة من الخبيزة في كباية ونصف من الماء وتحلى بملعقة صغيرة من دبس خرنوب حتى تصبح كالشاي يؤخذ ثلاث مرات يوميا لمدة عشرة ايام .

يعمل مغلي جديد كل يوم .

علاج آخر للربو

● يسحق ٢٠٠ غرام من الحلبة ويؤخذ سفاً قبل وبعد الأكل مقدار ملعقة صغيرة ثلاث مرات باليوم .

ثم يسحق اصبع شرش الحلاوة ويغلى في كبايتين من الماء يؤخذ بجانب مسحوق الحلبة مقدار فنجان قهوة بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يومياً .

يؤخذ هذان العلاجان لمدة عشرين يوما .

علاج آخر للربو

● يسحق ٥٠ غراماً راوند ويعبأ في برشانات نمرة ١ يؤخذ كل يوم صباحا على الريق برشانة واحدة مع قليل من الماء ويؤخذ بعدها مغلي اليانسون الممزوج بالسلمكي مقدار فنجان قهوة والطعام بعد ثلاث ساعات .
يعمل بهذا العلاج كل يومين مرة .

ثم يؤخذ العلاج التالي يومياً مرتين صباحاً ومساءً وهو : مسحوق ١٠٠ غرام

من الحلبة و١٠٠ غرام بذر كتان و١٠٠ غرام سكر نبات و١٠٠ غرام كزبرة وتعبأ في برشانة نمرة ٢ وتؤخذ سفاً مع قليل من الماء .

ويؤخذ الماء العادي عند الحاجة كوب من الماء ممزوجة بنقطتين من القطران .

للربو

يغلى الحليب البقري الطازج ، ويوضع في زجاجة الأركيلة ، ثم يسحب نفس من البخار الصاعد من الزجاجة يعمل بهذا العمل يوميا لمدة اسبوع .

يوضع الحليب في الزجاجة بشرط ان يتحمل الحرارة حتى لا تكسر الزجاجة .

ملاحظة : عدم وضع تنباك في رأس الأركيلة ولا نار .

علاج لضيق التنفس نتيجة الربو

يسحق ٥٠ غراماً مسكي و١٠٠ غرام سكر نباتي و١٠غ من افرنجي تؤخذ سفاً مقدار ملعقة صغيرة مع قليل من الماء . صباحا ومساء يومياً حتى ينتهي هذا المزيج .

ثم يستنشق بخار الحليب البقري المغلي بواسطة الاركيلة من غير نار ثلاث مرات بالاسبوع لمدة ١٢ مرة .

للربو

يسحق ١٠٠ غرام حلبة ٢٠٠ غرام بذر كتان ١٥غراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها ، يؤخذ منها سفاً كل يوم ثلاثة ملاعق صغيرة بعد الأكل بساعة حتى ينتهي المسحوق .

وعوضاً عن الماء العادي يوضع ٢٠٠ غرام من القطران داخل جرة كبيرة من الفخار وتخض جيدا وتترك حتى الصباح ثم تفرغ من القطران وتعبأ ماء صافيا ويشرب منها يومياً .

علاج للربو

اولاً : يذوب ١٠٠ غرام دهن الخنزير على النار وبعد ان يفتر يعبأ في قنينة فارغة وتسد القنينة .

ثانياً : يغلى على النار ملعقة قهوة صغيرة من الكاكاو في كباية ونصف من الماء حتى تصبح كباية واحدة .

ثالثاً : يضاف الى هذا المغلي ملعقة صغيرة من دهن الخنزير المذوب ويحلى بقليل من السكر .

يؤخذ صباحاً على الريق يومياً لمدة خمسة عشر يوماً ويعمل كل يوم مغلي جديد ويضاف اليه دهن الخنزير .

يؤخذ راحة لمدة اسبوع ويعمل بهذا العلاج لمدة خمسة عشر يوماً اخرى حتى يتعافى المريض ويزول الربو عنه .

لوجع الرأس المزمن

تستعمل عجينة الحنة المركبة واليك طريقة صنعها :

يؤتى بـ ١٥٠ غراماً حنة حمراء و٢٠ غراماشبراز و١٥غراماًعرق دويد « حلب كوكي » من العرق و١٥ غرام عود القرع و١٠ غرامات صبراشقرا و٥ غرامات املح و١٠ غرامات بذر نكوج و١٠ غرامات ريحان و٥ غرامات ختمية .

اولاً تسحق هذه المقادير وتترك جانباً .

ثانياً ـ يمزج ٢٠٠ غرام من الشكم في ليتر من الماء وتغلى على النار .

ثالثاً ـ تمزج جميعها معا حتى تصبح عجينة مركبة .

كيفية الاستعمال :

● يدهن الرأس بثلث العجينة لمدة خمس ساعات بعد ربط الرأس بقطعة من القماش ، ثم يغسل الرأس جيداً لازالة المعجون من على الرأس .

● يدهن الثلث الثاني على الرأس بعد عشرة ايام ويترك لمدة خمس ساعات ايضاً بعد ربط الرأس بقطعة من القماش ، ثم يغسل الرأس جيداً .

● واخيرا يدهن الثلث الباقي على الرأس بعد عشرين يوما ويترك ايضاً لمدة خمس ساعات ثم يغسل الرأس جيداً .

وبهذه الطريقة يزول الوجع تماماً ولا يعود المريض يشعر بأي وجع في راسه بتاتا .

علاج آخر لوجع الرأس

يبصق على قطعة من الفخار وتفرك البصقة بواسطة قطعة من الزنجبيل حيث نحصل على رغوة قليلة ، ترفع هذه الرغوة بواسطة الأصبع وتدهن على الجبين ، وبعده يؤتى بثلاث قطع « ترانش » من الليمون الحامض ويرش عليها قليل من القهوة وتوضع على الجبين والصدغين وتربط بشاشة حتى الصباح ثم تنزع الشاشة ويغسل الجبين والصدغان .

كرر هذه العملية لمدة اربعة ايام .

علاج للصداع المزمن

يدق النعناع الأخضر مقدار ربطة واحدة حتى تصبح عجينة ، توضع على قطعة من القماش ويلف بها الجبين حتى يتوقف الصداع .

علاج آخر للصداع

ينقع ٥ غرامات زعفران شعري في ربع قنينة من خل العنب تغمس قطعة من الشاش في هذا المحلول ويمسح الجبين فركاً كل يوم مساءً ويربط الجبين حتى الصباح .

الدوخة في الرأس

تحمص ١٠٠ غرام هندي شعيري على النار ويضاف اليها ٧٥ غراماً من سكر

النبات تمزج وتسحق لتصبح ناعمة .

يؤخذ ملعقة صغيرة صباحا على الريق لمدة اثني عشر يوما .

وآخر لدوخة الرأس

توضع جوزة « تمر هندي » في كوب من الماء عند المساء وفي الصباح تحلى بالسكر وتمزج جيداً .

وتؤخذ على الريق صباحا نصف كوب ومساء نصف كوب يعمل بها المقدار لمدة اثني‌عشر يوماً .

علاج للدوخة والصفراء

يمضغ حبتين من الهال كل يوم ثلاث مرات بعد الأكل يعمل بهذه الطريقة لمدة اربعة ايام .

الدوخة اثناء السفر

قبل السفر يؤخذ مسحوق الكزبرة سفاً صباحاً ومساءً ملعقة صغيرة ويشرب فوقها ماء لمدة ستة ايام ومن ثم يستطيع السفر ولا تظهر عليه عوامل الدوخة .

يسحق مقدار ٥٠ غراماً من الكزبرة لهذا السفر .

علاج للصرع (النقطة)

اولاً يؤخذ مسهل صباحاً قبل الطعام وفي اليوم التالي يعمل له كاسات هوا في الظهر بعد تشطيب الظهر بالشفرة المطهرة بالسبيرتو وفي خمس محلات شرط ان يكون التشطيب خفيفاً حتى لا ينزف دماً بغزارة داخل الكاسات .

يؤخذ طعاماً خفيفاً في الوجبات اليومية وعوضاً عن القهوة والشاي يؤخذ مغلي حشيشة القطة الممزوجة في ليتر ونصف من الماء مع ٥ غرامات دفران .

يؤخذ من هذا المغلي فنجان قهوة بعد كل وجبة طعام بنصف ساعة .

يعمل علاج مغلي جديد لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للصرع « داء النقطة »

يمزج ١٠ غرامات زعفران في ٢٠٠ غرام من العرق حتى يصبح لون العرق احمراً .

يؤخذ نصف فنجان قهوة بعد الأكل يومياً في الصباح والمساء لمدة عشرة ايام .

علاج للتقيؤ (الاستفراغ)

يؤكل رمان حلو عند التقيؤ والاستفراغ حالا ينقطع التقيؤ والاستفراغ .

علاج آخر للاستفراغ

يؤخذ مغلي النعناع مع اكل الرمان الحلو يقطع القيء والاستفراغ .

وشرب الكازوز ابضا يقطع الاستفراغ .

كما ان بلع قطع من الثلج يوقف الاستفراغ .

علاج للاستفراغ من جراء الوحام وركوب البحر يؤخذ حبة درامامين او حبتين باليوم ، كما يفيد لقطع الاسهال ايضاً .

علاج آخر ضد التقيؤ والاستفراغ

ناتج عن البرد

تطحن ٥ غرامات بذر خردل ويؤتى بشاشة مستطيلة وتبلل بماء فاتر ويرش عليها الخردل وتربط فوق المعدة لمدة عشرة دقائق ثم تنزع وتوضع بجانب آخر ، وبعد رفع اللزقة يرش محلها بودرة تالك حالاً يتوقف القيء والاستفراغ .

يؤخذ بعدها زهورات ثلاث كبايات باليوم .



علاج آخر للاستفراغ من ضربة الشمس

تسحق ٦ حمصات مع ملعقة كبيرة جعدة وملعقة صغيرة من ملح الطعام ونصف ملعقة صغيرة بذر خردل ونصف ملعقة رماد الفحم وتمزج مع ثلاث سيكارات دخان وتسحق مرة اخرى جيدا .

يحضر رغيف عجين مختمر ويوضع هذا المسحوق فوق الرغيف ويلصق فوق المعدة والصدر ويغطى بقطعة قماش لمدة ساعتين .

يتوقف الاستفراغ حالاً .

علاج ضد الاسهال

تغلى بصلتان بالزبدة حتى تصبح لونها احمر ثم تغلى مع ست غرامات من الكراويا وصفار بيضة واحدة و٣ غرامات من السماق .

تؤخذ صباحاً مع الفطور

يعمل كل يوم علاج جديد ولمدة اربعة ايام .

علاج للديزنتريا والاسهال الحاد

يسحق كتر هندي ١٥ غرام ويسف ثلاث مرات في اليوم ويؤخذ بعده قليلاً من الماء .

يعمل بهذا المقدار لمدة اربعة ايام .

علاج للاسهال الحاد
« لدى الاطفال »

يمزج ٦ غرامات بن مطحون مع مسحوق جوزة الطيب عدد ١ و٦ غرامات شيراز وصفار بيضة واحدة وتوضع فوق شاشة وتربط فوق صرة الطفل على البطن لمدة ثلاثة ايام .

علاج للديزانتريا

تسحق ١٥ غراماً هندي شعيري و٦ غرامات نشارة مرة و٦ غرامات زنجبيل حتى تصبح ناعمة تغلى في كوب ونصف من الماء مع تحليته بالسكر .

يؤخذ في اليوم مرتين صباحا ومساء .

ويعمل بنفس المقدار ويؤخذ كل يوم مرتين ولمدة اربعة ايام .

علاج الديزانتريا

تشوى اربع بطاطات واربع رؤوس ثوم وتؤكل كل يوم مرة هذه الكمية لمدة ستة ايام ويشفى المريض المصاب بالزنطاري مهما كانت مدة مرضه طويلة .

علاج آخر للديزانتريا

يغلى شموط سماق في اربعة اكواب ماء حتى تصبح كوباً واحداً .

تؤخذ هذه الكمية كل يوم لمدة ثلاثة ايام حتى يشفى المريض .

للديزانتريا المزمنة

يمزج ٤٠ غراماً اوراق سلمكي و٤٠ غراماً يانسون حب و٤٠ غراماً حبوب شمار و٢٠ غراماً حبة كزبرة و١٠ غرامات بذركتان و٤٠ غراماً سكر نبات وتوضع في ١٦ كوباً من الماء وتغلى على النار حتى تصبح ٨ اكواب وبعد ان تبرد لتصل الى درجة الفتور تعبأ في مرطبان وتوضع في البراد .

يؤخذ منها على الريق كوباً واحداً قبل الأكل باربع ساعات كل يومين كوباً واحداً حتى ينتهي المزيج .

ثم يعبأ غرامان من الكينا « انكليزية » في عشر وريقات من السكائر وتعمل برشانات .

تؤخذ يومياً حبة واحدة عند الساعة العاشرة صباحا شرط ان لا يفطر وبعد

احذها بساعة يؤخذ الطعام وواحدة قبل العشاء تؤخذ هذه البرشانات لمدة عشرة ايام .

علاج آخر للديزانتريا

يمزج ٦ غرامات بزمود في كباية من الماء ، يؤخذ كل يوم فنجان قهوة لمدة ثلاثة ايام .

للديزانتريا ايضاً

تسحق سنّان من الثوم وتمزج مع فنجان قهوة زيت الزيتون وتذوب على النار حتى يصير المزيج مرهماً .

يضاف الى هذا المرهم فنجان قهوة ماء السماق وقليل من الملح وقليل من الخبز المحمص تمزج جميعها جيدا .

يؤخذ هذا الممزوج كل يوم صباحا على الريق .

يعمل مزيج آخر لمدة ثلاثة ايام .

للديزانتريا ايضاً

تشوى اربع بطاطات واربع رؤوس ثوم ، تسحق معا .

يؤخذ منها كل يوم مرتين ملعقة قهوة صباحا بعد الأكل ومساء عند النوم .

للديزانتريا ولتقوية المعدة

يسحق ١٠ غرامات قرنفل و١٢ غرام قرفة و١٠ غرامات زنجبيل و٢٠٠ غرام زبيب اسود وتمزج حتى تصير معجونة .

يؤخذ يوميا على الريق مقدار ملعقة كبيرة لمدة ١٢ يوما .

للديزانتريا الكتم

يمزج زلال بيضة واحدة في عصير حامضة واحدة يؤخذ يومياً مرة واحدة بعد الأكل لمدة ثلاثة ايام وكل يوم يحضر مزيج جديد .

اثناء الخروج يظهر جليط كالبلغم وبعده يزول هذا الجليط حتى يصبح الخروج عاديا .

علاج لآلام الظهر

تسحق ٥٠ غراماً كزبرة و٥٠ غراماً بذركتان و٥٠ غراماً كمون وتمزج جيدا .

يؤخذ ملعقة صغيرة مرتين باليوم صباحاً ومساءً .

علاج لآلام الظهر والاعصاب

تمزج ٢٥ غراماً بذر تنافل في ١٥٠ غراماً من العرق وتعبأ في قنينة وتترك لمدة يومين .

يؤخذ منها كل يوم مرتين صباحاً ومساءً ملعقة كبيرة حتى ينتهي العلاج .

وجع الظهر المزمن

اولاً يغلى ٢٥٠ غراما من شرش الذرة مع ثلاثة ليترات من الماء على النار حتى تصفى ليترين .

يؤخذ كباية واحدة في الصباح مضافا اليها ملعقة صغيرة من الكاربونات الحلو حتى ينتهي من هذا المشروب .

ثانياً يؤخذ عند الظهر ليموناضة مضافا اليها قليلا من الكاربونات كباية واحدة لمدة اربعة ايام بجانب الشراب الأول .

لآلام الظهر ايضا

يوضع عجين بالفرن على شكل رغيف الخبز بدون ان ينضج كلياً ، يدهن

عليه زيت الزيتون ويلصق على الظهر .

يعمل في هذه الطريقة لمدة ثلاثة ايام .

لآلام الظهر

يغلى على النار ٢٥٠ غراما من شرش الذرة في ستة ليترات من الماء حتى تصير ٣ ليترات .

يؤخذ منها صباحاً كباية على الريق بعد اضافة ملعقة صغيرة من الكاربونات الحلو اليها لمدة ستة ايام .

لآلام الظهر ايضاً

تحمص ٥٠٠ غرام من حبة البركة وتسحق ويضاف اليها ١٥٠ غراما من العسل ويؤخذ منها مرتين في اليوم صباحا ومساء بعد الأكل بساعة لمدة ثمانية ايام .

لوجع الظهر ايضاً

يمزج ١٠ غرامات فلفل اسود مع ١٠ غرامات ملح ناعم مع ١٠٠ غرام طحين الشعير مع ٥٠ غراماً حنة .

تمزج مزجاً جيداً لتصبح عجينة بعد اضافة ماء الشاي اليها . توضع بين شاشتين وتلصق على الظهر كل يوم مرة واحدة ويعمل بها لمدة ثلاثة ايام كل يوم لصقة جديدة .

لوجع الظهر ايضاً

تمزج ٥ غرامات من الخردل في فنجان قهوة من الماء العادي حتى تصبح كالمرهم .

يوضع هذا المرهم بين شاشتين ويلصق على الظهر لمدة ساعتين في اليوم ويربط

بقطعة من الصوف .

يعمل لمدة ثلاثة ايام كل يوم مرهم جديد .

لوجع الظهر ايضاً

تسحق ٣٠ غراماً مزدكي مع ٣٠ غراماً سكر نبات وتمزج في ١٠٠ غرام من العسل الصافي .

يؤخذ يومياً مرتين مقدار ملعقة قهوة صباحا ومساء .

علاج لآلام الأعصاب

تسحق ١٠٠ غرام من النعناع اليابس مع ١٠٠ غرام من الملح الناعم .

اولاً يعمل حمام ماء ساخن ثم يفرك هذا المسحوق بالجسم بكامله ويجب البقاء في الحمام لمدة ساعتين شرط ان يجلس فوق حجر ساخن .

يعمل اول حمام في اليوم الأول وفي اليوم الثالث يعمل حمام آخر فقط .

لآلام الأعصاب ايضاً

يمزج ٥٠ غراماً فازلين مع غرامين كافور و٣ غرامات روح القرنفل وسلاسيرات سودا ثلاث غرامات و٢ غرام عيار ٨ من صبغة اليود وغرامين من روح القرفة تمزج جيداً يدهن بها الجسم كل يوم مرتين .

علاج لتشنج الأعصاب

تغلى ٥٠ غراما من الحلبة في ثلاث كبايات من الماء ويضاف اليها ١٠٠ غرام من الزبدة .

يؤخذ ملعقة كبيرة صباحا واخرى مساء لمدة عشرة ايام بعد خض الدواء .

يسحق ٦٠ غراماً زنجبيل و٧٥ غراماً روح النشادر ويمزج مع ١٠٠ غرام سبيرتو ابيض و٥٠ غراماً زيت غار .

يدهن الجسم مرتين باليوم ولمدة عشرة ايام .

علاج آخر للعصبي والروماتيزم

يمزج ١٢ غرام كافور و١٠٠ غرام سبيرتو ابيض و٣ غرامات يود و٧٥ غراماً فازلين اصفر و٥٠ غرام زيت غار و٤٠ غرام زيت زعتر حتى تصبح كالمرهم .

يدهن به الجسم كل يوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

للأعصاب والروماتيزم

يمزج ١٠ غرامات امونياك و٣٠ غراماً زيت شعر و١٠ غرامات زيت نفط و١٥ غراماً زيت غار و٦ غرامات روح القرفة و٥ غرامات زيت الزعتر و٥ غرامات كافور .

تمزج جميعها مع بعضها ويدهن بها الجسم بعد الحمام يوميا مرتين .

للروماتيزم

تسحق ٢٥ غراماً من بطارخ و٢٥ غراماً صبرا شقرا و٢٥ غراماً هندي شعيري و١٠٠ غرام سكر نبات و ٢٠ غراماً رومتر وعدد ٢ حجر بني اسرائيل وحبة واحدة حنظل صغيرة .

تمزج جميعها وتعبأ في برشانة نمرة ١ وتسف صباحا على الريق حبة واحدة ومساء حبة واحدة عند النوم .

كل يومين مرة واحدة أي اول يوم تؤخذ حبتين وثاني يوم بدون اخذ أي دواء .

يستفاد من هذا العلاج ايضا لازالة الحكة من الجسم والبواسير .

مرهم لعلاج الروماتيزم

اولاً تمزج ٣ غرامات يود مع ٥ غرامات كافور مع ١٠ غرامات سبيرتو ابيض وتذوب مع بعضها على نار خفيفة .

ثانياً يمزج ٥٠ غراماً فازلين اصفر ، و٥ غرامات زيت غار ، و١٠ غرامات زيت الزعتر ، و٢٥ غراماً زيت نفط ، و٥ غرامات زيت القرفة .

يمزج الخليطان مع بعضهما ويحصل منهما مرهم يدهن الجسم بهذا المرهم مرتين يوميا بعد الحمام .

علاج للروماتيزم

يشعل بابور الكاز لمدة نصف ساعة والكاز الذي بداخله يصبح ساخنا .

يدهن الجسم به بواسطة قطعة من القطن باليوم مرتين .

يعمل بهذا العلاج لمدة اربعة ايام شرط ان يكون الكاز ساخنا كالأول .

علاج للمفاصل والأعصاب

تسحق ١٠ غرامات سلمكة و٥٠ غراماً شمار و١٠ غرامات قرنفل و٢٠ غراماً حبة البركة و٢٠ غراماً حصروبان و١٠ غرامات ملح الطرطر و١٠ غرامات زنجبيل و١٠ غرامات محلب و١٠ غرامات بزر مزدكي و١٠ غرامات بزر حرمل و١٠ لوزات تسحق جميعها وتمزج مع ٨٠٠ غرام من العسل الصافي .

يؤخذ منها ملعقة صغيرة عند الصباح والمساء بعد الأكل بساعة .

علاج لآلام المفاصل

يسحق ٥٠ غراماً زنجبيل و٥٠ غراماً قولنجان و٥٠ غراما حشيشة القطة وتغلى

في ثلاث ليترات من الماء حتى تصبح ليترين ثم يضاف اليه ٥٠ غرام زيت غار .

يدهن به الجسم صباحا ومساء دلكاً ولمدة ستة ايام .

علاج للمفاصل ايضا

تسحق ١٥ غراماً صبرا شقرا و١٠ غرامات حب الرشاد و١٠ غرامات حبة البركة و٥ غرامات زنجبيل و٥ غرامات هندي شعيري وتمزج مع بعضها جيدا وتغلى على النار مع ٣٠٠ غرام من العسل غَلْيَة واحدة حتى تصبح معجونة .

يؤخذ منها ملعقة صغيرة صباحا ومساء على الريق لمدة عشرة ايام .

شراب لعلاج المفاصل

اولاً يسخن نصف فنجان قهوة زيت حلو ويؤخذ صباحا على الريق ويؤكل فروجا مشويا بدون ملح .

ثانياً يغلى ٤٠ غراماً بسلمكي مع ٣٠ غراماً يانسون و١٠ غرامات شمار و١٠ غرامات كزبرة و٥٠ غراما بذر كتان و٥٠ غراماً سكر نبات وتوضع في ١٦ كوباً من الماء تغلي على النار حتى تصفى ٨ أكواب .

يؤخذ الدواء الأول مرة في اليوم لمدة ستة ايام مع شوي فروج واحد يومياً .

ثم يؤخذ من الدواء الثاني كل يومين كوباً واحداً صباحا على الريق والأكل بعد اربع ساعات ويحفظ بالباقي في البراد .

علاج عرق النسا وداء المفاصل

ـ اولاً يحمى دبوس على النار حتى يحمر ، ويطفأ بالسبيرتو الأبيض ، ثم ينخز الورك بالدبوس سبع مرات على شكل دائرة صغيرة عندها يسيل بعض نقاط من الدم .

ثانياً ـ يسحق بذر الكتان بمقدار ملعقة كبيرة ويغلى المسحوق في نصف كباية



من الماء على النار حتى يصبح كالمعجون ، يوضع هذا المعجون بين شاشتين ويلصق محل وخز الدبوس لمدة ثلاث ساعات ويربط بقطعة من القماش ، وبعدها ترفع هذه اللصقة من موضعها ، ويوضع محلها لزقة اخرى ومن ثم ترفع ايضا هذه اللزقة بعد ثلاث ساعات وبعد ثلاث ساعات اخرى يدهن محل اللزقة بزيت الزيتون ويربط بقطعة قماش من وبر الجمل لمدة اربع وعشرين ساعة .

علاج آخر للمفاصل

يمزج ٥٠ غراما من الفازلين الأصفر وغرامان من الكافور وثلاث غرامات من زيت القرنفل وغرامان يود عيار ٨ و٨ غرامات روح القرفة حتى تصبح مرهما .

ويدهن بها الجسم مرتين بالنهار .

علاج حريق الليل

تظهر حبوب صفراء على الوجه والاذنين :

اولاً : يسحق ١٠٠ غرام مدرسنك ذهبي و٥٠ غراماً مدرسنك فضي .

ثانياً : يذوب ٥٠ غراما ملح الرصاص و١٠ غرامات ماء الورد في مرطبان ويحرك بواسطة عود صغير .

ثالثاً : يضاف مسحوق المدرسنك الى المرطبان ويمزج فيه ايضا ١٥٠غراماً زهر التوتياء و٢٥غراماً سبيداج و٦ غرامات سرور و٢٠٠ غرام سيرج وبعد خضه جيدا يضاف اليه ايضا ملعقة كبيرة خل العنب وملعقة كبيرة زيت حلو وتمزج جميعها مرة اخرى مزجا جيداً .

عند الاستعمال يجب خض المرطبان لفترة قصيرة ثم تدهن الحبوب قطرا مرتين في النهار صباحا ومساء لمدة ستة ايام وفي اليوم السابع تدهن الحبوب بزيت الزيتون وبعد اربع ساعات تغسل بماء النخالة .

يحذر اكل السمك والبيض والشوكولا عند استعمال العلاج .

يستفاد من هذا العلاج في مكافحة الحبوب التي تظهر في رأس الطفل مثل القرع .

علاج لحب الشباب

يحّضر ٥ غرامات زهر الكبريت الأصفر و٥ غرامات غليسرين و١٠٠ غرام فازلين و٧ غرامات مانيزا و٥ غرامات اكسيد الزنك و٥ غرامات سيرج و٢ غرام عطر ورد .

تخفق هذه المواد جيدا حتى تصبح كالمرهم ويدهن كل يوم مساء الوجه ويسبق ذلك غسل الوجه بماء مغلي النخالة ، كما يؤخذ كل يوم صباحا على الريق مقدار لوزة من خميرة العجين البيتية .

علاج آخر لازالة حب الشباب

تحضر المقادير التالية :

٢ غرام منتول .

٢ غرام عطر الورد .

٥ غرامات زيت سيرج .

١٠ غرامات سبيداج .

١٠ غرامات اكسيد الزنك .

٣ غرامات زيت عجو المشمش .

١٠ غرامات مسحوق عظم سمك صنج ومذوب بماء الليمون الحامض .

٥ غرامات كليسرين .

١٠٠ غرام فازلين .

٧ غرامات اسيد بوريك .

٥ غرامات مانيزا .

تمزج هذه المقادير مزجاً جيدا ثم يغسل الوجه بماء النخالة المغلي ثم تنشف الوجه جيدا ويدهن من هذا المزيج مرتين باليوم .

يؤخذ ايضا قطعة صغيرة من خميرة البيت صباحا على الريق .

لحب الشباب ايضاً

يمزج ٥ غرامات زهر الكبريت و٥ غرامات كريسلين و٧ غرامات مانيزا و١٠٠ غرام فازلين ابيض و٥ غرامات اكسيد الزنك و١٠ غرامات سيرج حتى تصبح كالمرهم

اولاً تغسل الوجه بماء النخالة المغلية وبعد تنشيف الوجه يدهن كل يوم مرتين حتى يزول الحب من الوجه .

لازالة حب الشباب

يمزج ٧٥ غراماً زيت الزيتون مع ٣٥ غراماً شمع عسلي ويغلى المزيج على النار ويرفع من على النار ثم يضاف اليه ١٠ غرامات سبيداج و٦ غرامات ملح الرصاص ناعم وغرام واحد سرور او مدرسنك ذهبي ٣ غرامات لتصبح مرهماً .

تدهن الحبوب مرة كل يوم لمدة ستة ايام .

علاج لحب الشباب

يمزج ١٠ غرامات زئبق و٥٠ غراماً شمغ اصفر و٦ غرامات سرور و١٠٠ غرام شمع ابيض و١٠ غرامات مسكي و٥٠ غراماً زيت حلو و٥٠ غراماً سيرج و٥٠ غراماً سمن حموي و٥٠ غراماً زهر التوتياء لتصبح كالمرهم .

يدهن الوجه والحبوب مرتين في اليوم صباحاً ومساءً .

يعـ ـل بهذا العلاج حتى ينتهي العلاج .

علاج للنمش وحب الشباب

يغلى على النار ٥٠ غراماً شمع اصفر و١٠٠ غرام شمع ابيض و٥٠غراماً زيت زيتون حلو و٥٠ غراماً سيرج و١٥ غرام زيت خروع و٥٠ غراماً سمن حموي وبعد الغلي يضاف اليها ١٠ غرامات زئبق و٦ غرامات سرور و١٠غرامات مسكي و٢٥غراماًزهر التوتياء تمزج مزجاً جيداً لتصير مرهماً .

اولاً تغسل الوجه بماء النخالة بدون صابون وتنشف جيدا ثم يدهن كل يوم صباحا ومساء لمدة اسبوع واستراحة اسبوع ثم يعمل بهذا المرهم لمدة اسبوع آخر .

للنمش وحب الشباب

يغلى على نار خفيفة مقدار ١٥٠غراماً زهر التوتياء مع ليتر ماء الورد وكوب ماء عادي تغلى جيدا حتى تصبح كالمرهم يدهن الوجه مرتين يومياً حتى ينتهي من هذا المرهم وهكذا تزول حبوب الشباب والنمش من الوجه .

لازالة النمش

يمزج نصف فنجان قهوة زيت لوز حلو مع نصف فنجان قهوة زيت لوز مر مع نصف فنجان قهوة زيت خروع حتى تصبح مرهماً .

يدهن بها الوجه صباحا ومساء لمدة اسبوع ثم تغسل بماء النخالة .

كيفية تحضير ماء النخالة :

يحضر ١٠٠ غرام من نخالة القمح وتوضع في شاشة في قعر اناء بعد ان تثقل بحجر لئلا تطفو على سطح الماء ويملأ الاناء بالماء ويوضع على النار حتى يبقى من الماء نصفه بعد التبخر ثم ترفع الشاشة الحاوية النخالة من الماء ويغسل الوجه بماء النخالة اما كيس النخالة فيفرك به الوجه حتى تظهر بذور النمش الى الخارج وتزول ثم تدهن بالمرهم اعلاه .

علاج للنمش

يمزج غرام واحد من الاكسجين عيار ١٥ وعشرون غراماً من عصير الليمون الحامض مزجاً جيداً ويمسح كل النمش مرتين باليوم صباحاً ومساء .

علاج لحرارة الجسم مع ظهور حبوب

يذوب ١٠٠ غرام مانيزا في ٤٠٠ غرام من الماء بعد وضعه على النار يؤخذ كل يوم خمسة ملاعق في فترات متفاوتة ولمدة ستة ايام وبعد ان يصفى ويزال عنه الطحل .

اما الطحل الناتج عن هذا المغلي فيدهن به الجسم والحبوب الظاهرة كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام .

علاج للحزازة

ينقع كمية من الصمغ العربي بالخل ويفرك بها محل الحزازة مرتين باليوم كما يفيد هذا العلاج للمصابين بالأكزيما .

علاج للبواصير المزمنة

« شراب »

يُنقع قطعة واحدة ومكسرة من شرش الروباص في كوب من الماء ويشرب من هذا الماء صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام ويعمل منقوع آخر لمدة ثلاثة ايام اخرى .

ويعمل منقوع اخيرا لمدة ثلاثة ايام اخرى ايضاً .

علاج آخر للبواصير

« مرهم »

اولاً يوضع العلق فوق رؤوس الباحور الناتىء لمدة نصف ساعة عندها تكب

العلق على امتصاص الدم الفاسد ، ويرش ملح ناعم على العلق لتنفصل عن البواصير .

ثانياً يمزج ١٠٠ غرام قطران و٤ حبات كاف هندي مسحوق و٣ غرامات صبرا شقرا تمزج جيدا مع بعضها لتصبح مرهما ، يغمس القطن في المرهم ويدهن به البواصير وتغطى بالقطن وتوضع قطعة شاش على القطن وتحفظ مع ربطها حتى الصباح عندها يعمل غسلة بماء فاتر ويضاف الى الماء قليل من البوريك يعمل بهذه الطريقة لمدة ستة ايام بدون علق .

للبواصير ايضاً

« مرهم »

يمزج ٦٠ غراماً فازلين اصفر ، مع ٦ غرامات Dalmalor or From Yodo اصفر ، و١٢ غراماً بوريك ناعم ، و٣ غرامات اكتيور اسود لتصبح مرهما .

اولاً عند الخروج يغسل المخرج بالماء الساخن مضافا اليه قليل من البوريك وبعد التنشيف تدهن البواصير بالمرهم بواسطة قطعة من الشاش وتبقى على المخرج بشكل تحميلة وتحفظ وعند كل خروج تستعمل نفس الطريقة لمدة اربعة ايام .

علاج لحكة البواصير

يذوب ١٥٠ غراماً دهن الخنزير على النار ويرفع جانباً ، ثم تضاف اليه ٢٥ غراماً كافور و١٥ غراماً هندي شعيري مسحوق و١٥ غراماً صبرا شقرا مسحوقة و٥٠ غراماً زيت الخروع ، ليصبح مرهماً .

تدهن البواصير مرة في الصباح ومرة في المساء لمدة عشرة ايام .

علاج للبواصير

يسحق كتر هندي عدد ٢ لتصبح كالبودرة وتمزج في ٥٠ غراماً من الزبدة وتصبح عجينة .

يدهن بها البواصير مرتين في اليوم لمدة اسبوع .

علاج آخر للبواصير

يذوب ٥٠ غراماً دهن الخنزير على النار ويضاف اليها ٢٥ غراماً مدرسنك ذهبي و١٥ غراماً سبيداج حجري بعد سحقها تمزج جيدا مع دهن الخنزير .

تدهن بها البواصير مرتين في اليوم صباحا ومساء لمدة ستة ايام .

علاج آخر للبواصير

يوضع قطعة من القطن في شاشة وتغمس بالكاز وتدهن البواصير كل يوم مرتين ومن ثم يدهن بزيت الخروع يعمل بهذا العلاج لمدة اسبوع .

علاج آخر للبواصير

تحمص ٥٠ غراماً من العدس مجروش احمر لتصبح كالبن وتمزج في ١٠٠ غرام دبس العنب .

يؤخذ هذا المزيج يوميا مرة واحدة .

يعمل كل يوم مزيج جديد ولمدة خمسة عشر يوما .

لازالة البواصير

تمزج ١٥ غراماً زنجبيل مع ١٥ غراماً عفص وتسحق جيدا وتضاف الى فنجان قهوة زيت الخروع لتصبح عجينة .

يؤخذ مقدار ملعقة صغيرة وتعمل على شكل كلل تغمس في مسحوق القرقسوس .

يؤخذ حبة واحدة كل يوم بعد الأكل بساعة عندها تزول البواصير وتختفي .

علاج آخر للبواصير

يمزج ١٠٠ غرام عسل صافي مع [illegible] وسخ العصافير ذي اللون الأصفر مقدار ٢٥ غراماً وبعد سحق وسخ العصافير تمزج بالعسل لتصبح كالمرهم .

تدهن البواصير مرتين في اليوم صباحاً ومساءً يوم بعد يوم لمدة خمسة ايام .

علاج للبواصير

اولاً يحضر بصل بَري ويقسم الى قسمين .

ثانياً تدهن البواصير بقليل من الأكسجين عيار ٢٠ ويمسح بقطعة من الشاش المعقم ، ثم يفرك بالبصل البري لمدة فترة قصيرة بحيث يتحمل المريض هذه العملية .

ثم تسحق ١٠ غرامات زنجبيل و ١/٤ جوزة الطيب وحبتين سلفاتيازول وتمزج جميعها مع ١٥ غرام زيت الغار و٣ غرامات زيت الزعتر وغرامان من الكافور حتى يصبح كالمرهم .

تدهن بهذه جميعها البواصير مرتين في اليوم صباحاً ومساءً لمدة اسبوع .

يؤخذ بجانب هذا العلاج جزء من شرش الروباص صباحاً ومساء لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج ابو صفار « ريقان »

تقطع قطعة من شرش الروباص الى عدة قطع وتنقع في الماء لفترة ثلاث ساعات .

يؤخذ عصيرها كل يوم ثلاث مرات لمدة يومين .

وفي اليوم الثالث يؤخذ مستحلب التمر الهندي كل ثلاث ساعات كوب واحد لمدة يومين ايضا .

عند استعمال هذه الوصفة يحذر اكل الأطعمة التالية : البطاطا والسمك

والبيض واللحم .

يجب الاستراحة وعدم القيام بأي عمل خلال تناول هذه الوصفة .

كذلك عند الانتهاء من تناول هذين الشرابين يؤخذ ايضا شراب الليمون فاترا لمدة يومين صباحا ومساء كوب واحد .

لعلاج الريقان ايضاً

تمزج ٥٠ غراماً من مسحوق الكزبرة مع ٢٥ غراماً مسحوق سكر النبات ، وتسف ملعقة صغيرة مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

علاج للريقان (ابو صفار)

يؤخذ سلطة مع الطعام يومياً ولمدة اسبوع مركبة من الخس والجزر الممزوجين بخل العنب وزيت الزيتون .

علاج للريقان « ابو صفار »

تنقع قطعة من شرش الروباص في كباية ماء مدة ثلاث ساعات ويؤخذ كل ثلاث ساعات كباية في مدة ٢٤ ساعة ولمدة ثلاثة ايام .

ثم يؤخذ بدل شرش الروباص مستحلب التمر الهندي كل ثلاث ساعات كباية واحدة لمدة ثلاثة ايام .

يحذر اكل المقالي واللحم والسمك والبيض مع الراحة التامة .

للريقان ايضاً

- تشوى بصلة حمراء على النار وتؤكل ظهرا بعد الغداء ، لمدة عشرة ايام كل يوم بصلة واحدة .
- يسحق ٥٠ غراماً كزبرة و٤٠ غراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها ويؤخذ يوميا ملعقة صغيرة صباحاً على الريق ومساء عند النوم لمدة عشرة ايام بجانب العسل .

لعلاج الريقان ايضا

يوضع مسحوق قشر الرمان « كشود » في شاشة في كباية ماء عند المساء وفي الصباح يؤخذ هذا الماء على الريق ، يضاف على المسحوق مرة ثانية نفس المقدار ماء ويترك لثاني يوم وكذلك في اليوم الثالث .

يؤخذ استراحة ثلاثة ايام ثم يؤخذ مسحوق جديد مرة ثانية لمدة ثلاثة ايام .

« رائحة الفم »

تسحق ٥٠ غراماً كزبرة و٤٠ غراماً سكر نبات وتمزج مع بعضها وتسف ملعقة صغيرة بعد الاكل بساعة مع شرب قليل من الماء وراءها .

يُستعمل العلاج لمدة عشرة ايام كما انه يوصف للمسافرين بحرا للوقاية من الدوخة .

لازالة رائحة الفم ايضاً

يمزج ١٠٠ غرام كزبرة ناعمة مع ٦ غرامات ملح الطعام يؤخذ منها سفاً كل يوم ملعقة صغيرة مع قليلاً من الماء لمدة ١٢ يوما .

علاج بحة الصوت

تحمص ثلاث جوزات مع قشرها على النار حتى تصبح كالفحم ثم تسحق وتضاف الى كوب خمر حلو وتغلى على النار .

يؤخذ منها كل ساعة ملعقة كبيرة .

تطلى قطعة قماش بالطحينة وتلف على الرقبة مساء حتى الصباح وبعد نزع قطعة القماش تغسل الرقبة بماء فاتر وتستعمل لزقة جديدة كل يوم لمدة خمسة ايام .

علاج تشقق الشفتين

يمزج غرام واحد زيت الورد وغرامين زيت البنفسج و٣ غرامات زيت لوز حلو مزجاً جيداً .

تدهن الشفتين كل يوم مرة واحدة لمدة ثلاثة ايام .

علاج لازالة الحبوب من اللسان

٣ غرامات تناكار ١٠ غرامات سكر نباتي تسحق جيدا وتمزج معا وتضاف الى شراب التوت بمقدار ٥ غرامات .

يفرك بها اللسان صباحا ومساء بالاصبع لمدة ثلاثة ايام .

علاج آخر لازالة الحبوب من اللسان

نيل عجمي ٣ غرامات سكر نبات ١٠ غرامات تناكار ١٠ غرامات تسحق وتمزج مع بعضها .

يدهن اللسان صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام .

وجع الأسنان

يعمل غرغرة في نصف فنجان قهوة سبيرتو ابيض ممزوجاً في نصف فنجان قهوة ماء ساخنا ثلاث مرات في اليوم لمدة ثلاثة ايام يزول الوجع تماما .

وجع الأسنان ايضاً

يلف عود كبريت بالقطن ويغمس في نقطة من روح القرنفل وينقط على الأسنان الموجوعة يزول الوجع حالاً .

علاج لالتهاب الفم مع حرارة

« للاطفال »

يسحق ١٠ غرامات تناكار (بورق) مع ٢٠ غراماً سكر نباتي حتى تصبح كالبودرة .

تغمس الأصبع في شراب التوت وتوضع في البودرة المستحضرة ويفرك بها فم الطفل كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام يوم استراحة ويوم عملية دهن الفم .

لعلاج القالوع

« سيلان اللعاب »

يمزج مقدار ملعقة كبيرة من دبس الرمان مع نصف كوب كربونات حلو ويدهن الحلق بالداخل يوميا صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام .

بعد كل دهنة تظهر علامة التقيؤ لدى المصاب لا خوف من ذلك .

علاج لالتهاب اللثة لدى الأطفال

يضاف مقدار نصف ملعقة صغيرة كربونات الى ملعقة عسل كبيرة .

تمزج جيدا وتدهن اللثة يوميا مرتين كما انها تفيد الكبار ايضا .

علاج لتقوية اللثة .

تسحق المقادير التالية وتمزج جيدا .

٣ غرامات كتر هندي و٣ غرامات زهر الرمان جُلّنار فارسي و٦ غرامات سكر نباتي و٣ غرامات هندي شعيري و٦ غرامات خشب كينا وثلاث عجوات تمر هندي وحبتان عفص و٣ غرامات تراب ارمني و٣ غرامات كزبرة وغرامان قرنفل .

اولا يغمس الاصبع في شراب التوت ويوضع بالمركب اعلاه حاملا البودرة ، يفرك بالاصبع اللثة جيدا كل يوم مرتين ويرتاح يوما على مدى خمسة ايام .

علاج لتقوية اللثة

تسحق ٣ غرامات شبة بيضا و ٥ حبات قرنفل وغرامان نيل عجمي و٥ غرامات سكر نبات حتى تصبح ناعمة كالبودرة تغمس الأصبع في شراب التوت وتوضع في البودرة وتفرك اللثة مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

علاج لالتهاب البلعوم

اولا يؤخذ أي مسهل .

ثانيا يمزج قليل من زهر الختمية في ربع ملعقة بوريك وتغلى على النار في كوب ونصف من الماء لتصبح كوباً واحداً يعمل بها غرغرة صباحا ومساء .

يعمل مزيج جديد لمدة ثلاثة ايام يعمل بها غرغرة .

علاج آخر لالتهاب البلعوم

تغلى تينتان في كوب ونصف من الماء بعد تقطيعهما مع قليل من زهر الختمية لتصبح كوبا واحدا .

تؤخذ صباحاً ومساء في اليوم لمدة خمسة ايام .

علاج لالتهاب البلعوم

يضاف ملعقة صغيرة من خل التفاح في كوب ماء ساخنة وعندما تصبح فاترة يعمل بها غرغرة مرة واحدة في اليوم .

يعمل علاج جديد كل يوم لمدة خمسة ايام .

علاج لالتهاب اللثة والفم

تسحق ١٠ غرامات كيل ارمني و٣ غرامات عفصات و٤٠ غرام سكر نبات وغرامين شبّة بيضاء سحقا جيدا لتصبح ناعمة .

تمزج المسحوق في فنجان قهوة من شراب التوت ليصير كالمرهم يدهن الفم واللثة بالمرهم مرتين في اليوم لمدة ستة ايام .

لازالة الكمخة من اللثة

تسحق قطعة من فحم السنديان وتنخل ، ثم يؤتى بقطعة قماش وتبلل بعصير الليمون الحامض وتغمس بمسحوق الفحم .

يفرك بها اللثة حتى تصبح ناصعة بيضاء وتزول الكمخة يعمل لمدة ستة ايام كل يوم مرة واحدة .

علاج لضعف « اللثة »

« غرغرة »

يُسحق ٥ غرامات شبّة بيضاء و٣ غرامات كزبرة و٥ غرامات خشب كينا و٣ غرامات قرنفل و٣ غرامات تناكار وغرامان عود القرع و٥ غرامات سكر نباتي وغرامان نيل عراقي و٥ غرامات ملح الطعام ويمزج منها ١٠ غرامات من الخل وتوضع في ليتر ونصف من الماء وتغلى على النار وتترك حتى تصبح فاترة .

يعمل بها غرغرة مقدار فنجان قهوة صباحا ومساء كل يوم ولمدة اسبوع وكلما يعمل غرغرة يسخن الممزوج قليلاً . وآخر لوجع اللثة .

يوضع على جانبي اللثة قليلاً من الكربونات الحلو .

يزول الوجع حالاً .

علاج للفتق

يحضر ٢٠ غراما من الرصاص ويطرق حتى يصير مثل ورق السيكارة وتجوف حتى تصبح على شكل نصف فنجان بقدر حجم البيضة .

تقدح الدائرة من اربع جهات وتربط بخيط من قطن او حرير وتوضع فيها



البيضة القفلة حتى تلامسها جيدا وتربط الخيطان جيدا لمدة خمسة عشر يوما حتى تزول القتلة وتذوب بنتيجة ملامستها الرصاص .

علاج لتورم بيض الطفل

تسحق ۱۰۰ غرام بامبا خضرا او ناشفة وتغلى على النار في قليل من الماء حتى تصبح عجينة .

توضع العجينة على الأورام وتلف بشاش لمدة ساعتين كل يوم ثلاث مرات لمدة ثلاثة ايام .

واخيراً يدهن المحل بمرهم اكتول اسود .

فتزول الأورام حالاً .

علاج لكتم المعدة

يسحق ۲۰ غراما صبرا اشقرا و٤٠ غراما راوند صيني و٥ غرامات مزدكي حتى تصبح ناعمة وتعبأ في برشانات ثمرة زير ومقدار حمصة .

تؤخذ مرتين في اليوم برشانة واحدة لمدة يومين ويوم واحد استراحة وخلال اسبوعين .

اولاً يوقف العلاج لمدة اسبوع ، للاستراحة ثم يؤخذ هذا العلاج لمدة اسبوعين آخرين .

حقنة الخبيزة للعموم
لكتم المعدة

تغلى قبضة من الخبيزة في ليتر ونصف من الماء حتى تصبح ليترا واحدا وبعد تصفيتها يضاف اليها ملعقة صغيرة من الكربونات وعندما تفتر قليلا ، تعمل بها حقنة مرة واحدة مع اجراء الشهيق والزفير اثناء اخذها .

يجب الصبر عليها لمدة ربع ساعة وبعدها يخرج الى الحمام .

اذا كانت المعدة كاتمة ومستعصية يضاف الى مغلي الخبيزة زهر الختمية مع ٥ غرامات بذر كتان و٥ غرامات بابونج .

علاج لآلام المعدة

يسحق ١٠٠ غرام بخور ابيض ذكر .

تسف كل يوم ملعقة صغيرة صباحا ويؤخذ بعدها قليل من الماء .

يعمل بهذه الطريقة لمدة عشرة ايام .

علاج لآلام المعدة

يحضر ٢٠٠ غرام من بذور الحلبة .

تبلع يوميا نصف ملعقة قهوة صغيرة مع قليل من الماء وذلك بعد الأكل بساعة حتى تنتهي هذه الكمية .

علاج آخر لآلام المعدة

تسحق حنظلة واحدة ويمزج بوزنها سكر النبات وتسحق ثانية .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة واحدة عند المساء سفاً ولمدة عشرة ايام مع اخذ قليل من الماء وراءها ليسهل الابتلاع .

علاج لآلام المعدة المزمنة

يغلى مقدار ملعقة من ورق الزعتر على النار بعد اضافة كأس خمر معتق اليه .

يؤخذ منه كل يوم صباحا على الريق مقدار فنجان قهوة ويفيد هذا المغلي للمصابين بامراض القلب .

علاج لآلام المعدة

يسحق ١٠ غرامات قرنفل و٥٠ غراماً قرفة و٤٠ غراماً زنجبيل ويوضع على حدة .

ثم يسحق ١٥٠ غراماً زبيب اسود ويمزج المسحوقين معا ليصبح كالمعجون .

يؤخذ مقدار جوزة كل يوم صباحا لمدة خمسة عشر يوما .

يفيد هذا العلاج للديزانتري ايضا .

علاج للقرحة

يمزج ٥٠ غراماً بذر كتان و٥٠ غراماً بابونج و٥٠ غراماً عرقسوس و٥٠ غراماً زيزفون و٥٠ غراماً زعتر بري و٥٠ غرام قصعين و٥٠ غرام كزبرة البير .

وتغلى قبضة من هذا المزيج في كوب ونصف من الماء على النار يوميا .

يؤخذ ثلاث مرات في اليوم بعد الأكل بساعة ولمدة خمسة عشر يوما .

علاج لآلام الأمعاء والمعدة

يسحق ٥٠ غراماً سلمكي و١٥ غراماً شمار و١٥ غراماً قرنفل و١٥ غراماً حبة البركة و١٠ غرامات ملح الطرطر و١٠ غرامات زنجبيل و١٠ غرامات مسكة و١٠ غرامات حرمل و ١٥ غراماً حصربان وتمزج بـ ٢٥٠ غراماً من العسل حتى تصبح عجينة .

يؤخذ ملعقة صغيرة بعد الأكل بساعة يوميا في الصباح وفي المساء .

لعلاج حموضة المعدة والغازات

اولاً يحمص ٢٠٠ غراماً حلبة و٧٠ غراماً باميا ناشفة وتسحق مع ٢٥ غراماً صبرا شقرا و٥٠ غراماً كبريت جمل و٢٥ غراماً كبريت عامودي وتمزج جميعها .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة بعد الأكل صباحا ومساء ويشرب قليل من الماء وراءها .

علاج لسوء الهضم

يغلى ٥٠ غراماً من حشيشة الملاك و٥٠ غراماً من حشيشة الكيل الجبل و٥٠ غراماً من حشيشة الرمد على النار في كوب ونصف من الماء و٢٥ غراماً زعتر بري حتى تصبح كوبا واحدا .

تؤخذ ثلاث مرات يوميا بعد تحليتها بسكر النبات ويعمل مغلي جديد كل يوم ولمدة اسبوع .

يدهن الصدر والبطن بزيت الخروع كل يوم مساء ويغطى بورق الجريدة حتى لا يتوسخ القميص .

علاج لالتهاب المصران الغليظ

يمزج ٥٠ غراماً مانيزا و٥٠ غراماً سكر نبات ناعم و٥٠ غرام كربونات .

يؤخذ سفا مع قليل من الماء ليسهل ابتلاعه ملعقة قهوة صباحا ومساء يوم بعد يوم حتى ينتهي هذا المسحوق .

لمنع الغازات

يحمص ١٠٠ غرام حبة البركة وتسحق مع ٧٥ غراماًمن سكر النبات وتسف صباحاً ومساءً مقدار نصف ملعقة قهوة ويؤخذ معها الماء ليسهل ابتلاعها .

للغازات المزمنة

يسحق ٣ غرامات صبرا شقرا مع غرامين من المسكي وتسف يوم بعد يوم لمدة شهر مع اخذ الماء وراءها .

يعمل كل يوم مقدار جديد .

لازالة المغص لدى الأطفال
بعد الولادة

تسحق حبتان من المحلبة وتضاف اليها كمية قليلة من حليب، الأم او حليب البودرة .

يسقى الطفل ينقطع المغص حالاً .

للمغص الحاد « قولنج »

اولاً يمضغ خمسون حبة من بذور نخوة هندية كل حبة بمفردها حالا يستريح من المغص .

للمغص الحاد ايضاً

يغلى مقدار ملعقة صغيرة من بذور النخوة في كوب ونصف من الماء حتى تصبح كوبا واحدا .

تؤخذ دفعة واحدة حالاً يتوقف الألم والمغص .

لمعالجة المغص الحاد

يضاف ٢٥٠ غرام من النخالة على كوبين من الماء وتغلى على النار حتى تصير كالمرهم .

يوضع المرهم فاترا على شاشة وتلف على البطن والصدر لمدة خمسة ساعات .

يعمل مرهم جديد كل يوم لمدة ثلاثة ايام .

علاج للكبد

يذوب مقدار ملعقة صغيرة من دبس الخرنوب في فنجان قهوة ماء الورد

ويؤخذ في بحر النهار بدل شرش الروباص ويمكن اخذ فنجانين باليوم وهذا العلاج يستعمل خصيصا للصغار .

علاج لتضخم الكبد

تشوى (يقطينة) قرعة وزن ٢ كيلو بالفرن حتى تصبح كالعجين وتنزع بذورها منها تمزج بمقدار وزنها طحين شعير ، وتقسم الى ثلاث اقسام .

يوضع ثلثها على شاشة وتلصق على البطن تجاه الكبد وتربط بقطعة قماش حتى الصباح حيث تنزع ويوضع محلها مزيج الثلث الثاني وفي اليوم الثالث يوضع القسم الأخير .

علاج آخر للكبد

يسحق مقدار كيلو واحد من الفجل حتى يصير كالعجين ، يضاف اليه ٢٠٠ غرام من زيت الزيتون ويغلى على النار ويوضع على شاشة ويربط على البطن تجاه الكبد .

يعمل بهذه الطريقة لمدة ثلاثة ايام .

علاج للكبد

تنقع قطعة من شرش الروباص في كوب ماء بارد مدة ساعتين ويؤخذ يوميا كوبان واحد صباحا والآخر ومساء كلاهما قبل الطعام .

اذا حدث اسهال فليتوقف عن اخذ هذا العلاج مدة من الزمن ثم يعاد فيؤخذ منه .

علاج للجروح العامة

يمزج ١٠٠ غرام فازلين اصفر و٦ غرامات يودوفورم و ٣ غرامات بوريك لتصبح كالمرهم .



اولا : يمسح حول الجرح بالسبيرتو الابيض لكي يطهر من الجراثيم واذا كان الجرح عميقا تغرز قطعة من الشاش المطهر بالسبيرتو الابيض داخل الجرح ليطهر من الجراثيم .

يدهن الجرح بهذا المرهم ويغطى بقطعة من الشاش المعقم وفوق الشاشة يوضع كمادة من القطن ويربط باحكام .

يعمل بهذه الطريقة كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام وكل يوم يحضر شاشة وقطنة جديدتين .

● لمنع الالتهابات يمص يوميا ثلاث حبات هندي شعيري .

علاج للجرح المزمن الذي ينزف ماء تحرق قطعة من الخبز المرقوق وقطعة من الحصير في النار حتى تصبح كالرماد .

يرش الجرح بهذا الرماد ويربط بقطعة من الشاش والقطن مرتين يومياً حتى يجف الجرح .

علاج للجرح مع تورم حوله

اولا ـ يدهن المحل المصاب بالسبيرتو الابيض ثم ينقط ثلاث نقط اكسجين على فم الجرح ليطهره من الجراثيم ويزيل اللحم الفاسد المهترىء ثم يدهن حول الجرح بمرهم اكتول ويوضع شاشة مطهرة بالسبيرتو على الجرح .

ثانيا ـ يمزج غرام واحد يودوفورم وغرامين بوريك و ٥ غرامات زيت خروع ٢٥ غرام فازلين اصفر ويوضع قسم من هذا المزيج على قطعة من القطن وتلصق فوق الشاشة الموضوعة على الجرح وتربط جيدا مرة في اليوم من المساء حتى الصباح لمدة ستة ايام وكل يوم يجري تغيير الشاشة والقطن مع استعمال مزيج جديد .

علاج للقروح والجروح

يغلى ١٠٠ غرام زيت الزيتون و ٣٠ غراماً شمع عسلي على النار حتى الذوبان ويضاف اليه ١٥ غراماً سبيداج و ٣ غرامات سرور وبعد رفعها عن النار يضاف اليها

٦ غرامات ملح الرصاص المطحون ويحرك المزيج جيدا .

تدهن الجروح والقروح بها مرة باليوم بعد ربطها بقطعة من الشاش والقطن .

يعمل بهذه الطريقة لمدة اسبوع وكل يوم تغير الشاشة والقطنة وتعمل من جديد .

علاج للجروح ولقطع الدم

تدق كمية من حشيشة قطع وصل وتوضع محل الجرح فينقطع النزيف حالا ويندمل الجرح .

كما تسحق هذه الحشيشة اذا كانت ناشفة وترش فوق الجرح .

لمعالجة الجروح

تمزج ٥ غرامات سرور مع فنجان قهوة زيت زيتون وفنجان قهوة سمن بقري و ٥ غرامات مدرسنك ذهبي .

تذوب على نار هادئة لتصير مرهما .

تدهن الجروح او الحبوب او الطلوع وتلف بشاشة وتغير كل يوم .

تستعمل لمدة ستة ايام .

لمعالجة الجروح الكبيرة

يسحق ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و ٤٠ غراماً مدرسنك فضي يضاف اليها ثلاث فناجين قهوة من زيت الزيتون وفنجان قهوة خل العنب تغلى على النار جيداً .

اولا : تغسل الجرح بملح الرصاص الممزوج بكوب ونصف من الماء بعد الغلي وتنشف الجروح بالقطن .

تدهن الجروح بهذا المرهم وتربط بالشاش يومياً عند المساء حتى الصباح .

يعمل بهذه الطريقة لمدة ستة ايام .

علاج للحروق

يحرق متر واحد من خشب القصب على النار حتى يصبح رمادا ويمزج مع نصف فنجان زيت خروع .

يدهن المحل المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة من الشاش مرتين في اليوم لمدة أربعة ايام .

علاج آخر لمعالجة الحروق

يمزج ٤ صفار البيض مع ٦ غرامات صابون غار وتوضع على نار هادئة لتصير مرهماً .

تدهن الحروق وتلف بشاشة تكرر العملية لمدة خمسة ايام .

لمعالجة الحروق ايضاً

يحمص ٥٠ غراماً حشيشة القصعين «مريمية» وتسحق وتمزج مع فنجان قهوة من زيت الزيتون .

تدهن الجروح وتلف بشاشة كل يوم مرة لمدة خمسة ايام .

علاج لاخراج « الخردق » من الجسم

اذا اصيب شخص ما بعيار ناري من بندقية صيد ودخل الخردق في جسمه تستعمل الطريقة التالية لاخراج الخردق :

يلف حالا محل المصاب بجلد خروف مذبوح حالا من المساء الى الصباح او من الصباح الى المساء او اثنتي عشر ساعة ، ثم يرفع الجلد فترى جميع الخردق الذي كان في الجسم قد اصبح في جلد الخروف ، واذا كان محل المصاب صغيراً يمكن ان يلف بجلد ارنب مذبوح حالاً وذلك لمدة اربع وعشرين ساعة

لمعالجة الحريق بالماء الساخن

يمزج ١٠٠ غرام زيت خروع مع ٥٠ غراماً سبيداج حجري ام سبيداج عادي وتعمل كالمرهم .

تدهن الحروق وتربط بقطعة شاش حتى الصباح يومياً لمدة أربعة أيام .

علاج للصدمة مع احتقان الدم

يغلى ليتر من الماء بعد اضافة ثلاثة غرامات ملح الرصاص فيه .

اولا - يعمل كمادات خمسة عشر مرة فوق المحل المصاب وبعده يغسل بالماء العادي ثم ينشف ويدهن بزيت الخروع ثم يرش ملعقة قهوة من الكمون الناعم فوق شريحة من اللحمة الهبرا وتلصق على المحل المصاب وتربط بقطعة من الشاش لمدة ٢٤ ساعة .

يعمل بهذه الطريقة مدة ثلاثة ايام .

علاج لأزالة الورم الناتج عن صدمة

يمزج فازلين اصفر ١٠٠ غرام على ١٠ غرامات اكتول اسود ليصبح كالمرهم .

اولا - يغسل المحل المصاب بمطهر البرمنكنات الفاتر اذ تذوب بالماء عشر حبات صغيرة منه على شكل كمادات ثم يمسح بالسبيرتو الأبيض ثم يدهن المحل المتورم بالمرهم ويوضع شاشة عليه ويلف جيداً .

يعمل كل يوم مرة واحدة ولمدة ستة ايام .

لعلاج الصدمة والرضّة

- يذوب ملح الرصاص ٥ غرامات في ليتر من الماء ثم تغمس فيها قطعة من القطن وتوضع فوق المحل المصاب بدرجة يتحمله الجلد ، يعمل خمسة عشر مره متوالية على شكل كمادات ، ثم توضع قطعة اخرى ساخنة وتربط بقطعة قماش وتترك لمدة ساعتين .

ـ تنزع قطعة القماش من المحل المتورم ويمسح بالسبيرتو وتوضع قطعة اخرى ساخنة لمدة ساعتين وتربط ثم تنزع عنه .

ـ واخيرا يمزج ٣٠ غراماً فازلين اصفر و ٦ غرامات اكتول اسود ويدهن الجسم المصاب ويربط بمدة ثلاثة ايام وكل مساء يغير ويدهن بمزيج جديد .

علاج آخر لتورم الصدمة

يمزج ١٠٠ غرام من النشا في ١٠٠ غرام من الماء ويعمل بها كمادات خمسة عشر مرة على المحل المصاب بالصدمة في اليوم ثم يوضع عليه قطعة شاش مغموسة بالمزيج اعلاه وتربط من المساء حتى الصباح .

تكرر هذه العملية لمدة ثلاثة ايام حتى يختفي الورم وتزول الحرارة .

علاج للملاريا

يغلى ٢٠ عرق من حشيشة القنطريون في ليترين من الماء على النار حتى تصبح ليتراً واحداً ، ثم يضاف اليها كوب واحد من خمر حلو ثم تغلى مرة ثانية حتى تصل الى معدل ليتر واحد .

يؤخذ كل يوم صباحاً ومساءً فنجان قهوة يستفاد من هذا العلاج ايضا للذين يشكون الزلال .

علاج حمى التيفوئيد

يغلى عدة قطع من قشور البرتقال مع كوب ونصف من الماء على النار حتى تصبح كوباً واحداً .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات فنجان قهوة .

علاج لأزالة الاملاح من الجسم

يؤخذ كل يوم صباحاً على الريق كوب ماء ساخن مع نصف ليمونة حامضة ،

ويمكن تحلية الماء بملعقة صغيرة من العسل وذلك لمدة خمسة عشرة يوما ثم يؤخذ راحة مدة خمسة عشر يوما ، ثم يعاود اخذ الماء الساخن ونصف الليمونة الحامضة عدة مرات يومياً صباحاً على الريق حتى تزول الأملاح نهائيا .

علاج آخر لأزالة الاملاح

تغلى قبضة من شوك الجمل (قصوان) في ليتر من الماء ثم تصفى وتترك حتى تصبح باردة .

يؤخذ هذا المغلي في النهار عوضا من الماء فيزيل الاملاح والزلال من البول والدم .

يؤخذ لمدة شهر حتى يشفى المريض .

علاج للرعبة

اولا - يسحق ٥٠ غراماً خشب كينا انكليزي و ٢٠ غراماً خشب مر و ١٠ غرامات راوند و ١٠ غرامات حشيشة القطة و ١٠ غرامات كشود (قشر الرمان) و ٥ غرامات ورق غار و ١٠٠ غرام سكر نبات .

ثانياً - يسحق ١٥٠ غراماً زبيب اسود او احمر يمزج المسحوقان معاً مزجاً جيداً .

يغلى هذا المزيج على النار بعد اضافة ست ليترات من الماء اليه ويصفى وبعد ان يصبح فاتراً يعبأ في قناني ويوضع في البراد .

يؤخذ منه قبل الاكل ملعقة كبيرة ثلاث مرات في اليوم عند اخذ العلاج تترك احدى القناني خارج البراد ويؤخذ منها هذا العلاج وعندما ينتهي منها يخرج قنينة اخرى وهكذا الى ان ينتهي من القناني جميعها .

علاج للأغماء

يضاف ملعقة صغيرة من النشا الى فنجان قهوة من الماء وفنجان قهوة ماء الزهر .

تعطى للمغمى عليه حالا يصحو ويعود الى حالته الطبيعية .

هبوط الشرج

يحضر لباد صوف قياس ١٥×١٥ سم ويكسر في نصفه صفار بيضة واحدة تلصق اللبادة على المخرج لتلامسه وذلك لمدة عشر دقائق . عندها يدخل صفار البيض الى الداخل ليشكل تحميلة .

يستعمل هذا العلاج عند الصباح قبل الفطور .

علاج لهبوط الشرج

يحرق قطعة نعل جلد وحبتين عفص ليصبحا رمادا ثم يدق ١٠٠ غرام زبيب اسود ويمزج معها الرماد ليصبح معجونة .

اولا - يؤخذ قسم من الرماد ويرش فوق الشرج الهابط . ثم يعمل مقدار جوزة من المعجونة على شكل تحميلة ويحفظ جيدا من المساء حتى الصباح .

يعمل لمدة اربعة ايام حتى يختفي الشرج ويعود الى الداخل ويزول الألتهاب .

لعلاج الفاريز

يوضع ١٠٠ غرام كاز و٢٥ غراماً بنزين و ١٠ غرامات ملح الطعام في قنينة ويحكم سدها ووضعها في الشمس مدة ثمانية ايام وكل يوم تخض جيداً ، يدهن الفاريز بواسطة قطنة بهذا المزيج مرتين في اليوم وبعد خمسة عشر دقيقة تدهن باليود المخفف بواسطة قطنة ايضا .

يعمل بهذا الدواء حتى ينتهي المزيج حيث تزول الفاريز .

كما ان هذا العلاج يفيد في حالة عرق النسا اذا استعمل دلكا يخفف الآلام ويرتاح المصاب .

دواء آخر للفاريز

يفرك المحل المصاب بالفاريز بالخل ويكون الفرك من اسفل الرجل الى الأعلى مرتين في اليوم .

يستعمل بهذا العلاج لمدة شهر .

لمنع تبول الأولاد بالفراش

يسحق قشور ٧ بيضات وتحمّص لتصير كلون البن ، تمزج مع ٥٠ غراماً من العسل .

يؤخذ صباحا ومساء كل يوم ملعقة صغيرة .

لمنع التبول ايضاً

يسحق ٥٠ غراماً جكم و١٠٠ غرام زبيب اسود كل بمفردها وتمزج لتصبح معجونة .

يؤخذ كل يوم ملعقة صغيرة صباحا ومساء لمدة ١٢ يوما .

لمنع التبول ايضاً

تذوب ٥ غرامات غري سمك « جيلاتين » في الشاي او الزهورات .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات .

يعمل بنفس الطريقة لمدة خمسة ايام .

لمنع التبول ايضا

تسحق قشور ثلاث بيضات وتحمص على نار هادئة حتى يصبح لونها اسمر .

يغلى البابونج ويضاف اليه نصف ملعقة من هذا المسحوق ويعطى للطفل صباحا بعد الأكل بساعة ومساء قبل النوم لمدة عشرة ايام .

علاج آخر لمنع تبول الأولاد ليلا

يحمص الزنجبيل حتى يصبح كالقهوة ويسحق ثم يمزج مقدار ١٠ غرامات منه مع ٢٠٠ غرام عسل .

يؤخذ ملعقة صغيرة قبل النوم كل ليلة لمدة خمسة عشر يوما .

لطنين الآذان

يقطع جزء بسيط من سن الثوم ويوضع داخل الأذن ويترك فيها لمدة خمسة ايام ثم ينزع منها ، فيزول الطنين .

لمنع طنين الآذان والآلام

تقطر نقطتان من عصير العنب داخل الأذنين ويوضع عليها قليل من القطع .

يعمل ذلك يوميا صباحا ومساء لمدة ثلاثة ايام .

عندما نغسل الوجه يجب الا يمس الماء الأذن .

لطنين الآذان ايضا

تكسر حنظلة واحدة وتغلى بفنجانين من زيت الزيتون تقطر في الأذنين نقطتان مرتين كل يوم وتسد بقطعة من القطن لمدة خمسة دقائق .

يعمل بذلك لمدة اسبوع وعند الغسل يجب الا يدخلها الماء .

لآلام الآذان

يغلى مقدار ملعقة بابونج في كوب ماء ، ثم تبخر الاذنان على بخار الماء لمدة

عشر دقائق وتجفف بالقطن ، وتقطر نقطتان من الاكسجين داخل الاذنين وتترك لمدة عشر دقائق ثم يجفف ويقطر فيها ايضا بثلاث نقط من الكليسرين وتحشى بالقطن يوميا لمدة اربعة ايام .

ثقل في السمع

تجمع كمية من ديدان الزرع الحمراء الرفيعة وتغلى في فنجان قهوة من زيت الزيتون حتى تحترق الديدان .

تقطر الاذنين بثلاث نقط من هذا الزيت مرتين في اليوم وتسد الاذنان بقطعة من القطن لمدة خمس دقائق .

تكرر العملية لمدة اسبوع شرط ألا يمس الاذنين الماء عند غسل الوجه .

« مرهم مطرجي »
علاج للدمامل

يمزج ٢٠٠ غراماً شحم ضاني مع ٥٠ غراماً زيت الزيتون و٥٠ غراماً مومياء ، و٤٠ غراماً قلفونة و٣٠ غراماً جكم مسحوق و١٠ غرامات شمع عسلي .

يغلى هذا المزيج على النار حتى يصبح كالمرهم يوضع قسم من هذا المرهم على قطعة من الشاش ويلصق فوق الدملة ويوضع فوق الشاشة قليل من القطن وتربط جيدا ويعمل ذلك في اليوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

عندها تنضج الدملة وتنفتح ويزول منها الصديد وبعد زوال الصديد يمسح حوالي الدملة بالسبيرتو الابيض ويوضع فوقها لزقة بذر كتان ليندمل الجرح ولمدة اربعة ايام كل يوم مرة واحدة ولزقة جديدة .

علاج آخر للدملة المستعصية

يسحق ١٠ غرامات عنزوت و١٠ غرامات سكر نبات لتصبح ناعمة .

يوضع قليلاً من هذا المزيج فوق الدملة وتربط بالشاش لمدة ١٢ ساعة كل يوم

مرة واحدة ولمدة ثلاثة ايام عندها تنضج الدملة وتنفتح ويسيل منها الصديد وبعد ان يتم تنظيفها من الصديد يوضع فوقها حشيشة الكهرنك مقدار ١٠ غرامات ممزوجة بـ ٢٥ غراماً من العسل بعد وضعها على النار لتصبح معجونة وتلف بواسطة الشاش حتى يندمل الجرح .

يعمل بهذا المرهم كل يوم مرة واحدة ولمدة خمسة ايام .

علاج آخر للدملة

تمزج حبتان برمنكنات بمقدار العدستين في ملعقة صغيرة من دبس العنب وتوضع فوق شاشة وتلصق على الدملة وتربط من المساء حتى الصباح وتعمل لصقة ثانية لثاني يوم حتى تنضج الدملة ويسيل منها الصديد .

بعد ذلك يوضع عليها لزقة بذر كتان لكي يلتئم الجرح كل يوم مرة واحدة ولمدة خمسة ايام .

علاج لتنقية الدم

يسحق ٢٥ غراماً جرجير و٢٥ غراماً بذر قراص و٢٥ غراماً قلب جوز و٢٥ غراماً زهر البنفسج و٥ حبات لوز وتمزج جيدا وتغلى على النار في ثلاث ليترات من الماء حتى تصبح ليترين وتعبأ في قنينتين وتوضع في البراد .
يؤخذ يومياً نصف فنجان قهوة محلى بالسكر النبات بعد تفتيرها ثلاث مرات يومياً حتى ينتهي هذا المغلي .
اضافة الى هذا المغلي يؤخذ ايضاً معاً ثلاث حبات هندي شعيري يومياً صباحاً حبة واحدة وظهراً حبة واحدة ومساء حبة واحدة .

لتنقية الدم

اولا تسحق وتمزج المقادير التالية :

٢٠٠ غرام بذر كتان ، ٢٠٠ غرام بخور ابيض ذكر و٢٠٠ غرام كزبرة ، و٢٠٠ غرام يانسون ، و٢٠٠ غرام كمون تمزج جيدا .

ثانياً تسحق ربطتنا بقدونس ناشفة وتمزج مع الخليط الاول .

يؤخذ صباحاً ومساء ملعقة صغيرة سفاً .

علاج لضغط الدم العالي

يغلى ١٠٠ غرام ورق زيتون اخضر في قنينة من الماء على النار ، يؤخذ كل يوم ثلاث مرات فنجان قهوة لمدة خمسة ايام وبعد الانتهاء من هذا العلاج :

يضاف ملعقة صغيرة دبس عنب الى كوب من الماء العادي ، تؤخذ ثلاث مرات يوميا بعد الأكل بساعة لمدة عشرة ايام .

علاج آخر للضغط العالي

يسحق ٥٠ غرام صبرا شقرا و٥٠ غرام مزدكي . وتعمل برشانات بوضعها في ورق السجائر .

تسف صباحاً ومساء بعد الاكل لمدة عشرين يوماً ويؤخذ وراءها قليلاً من الماء .

لعلاج الزلال

يغلى ٥٠ غرام من البعدرون في كوبين من الماء حتى تصبح كوباً واحداً .

يؤخذ يومياً ثلاث ملاعق كبيرة لمدة ثلاثة ايام ثم يغلى نفس المقدار ويؤخذ ثلاث مرات في اليوم لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للكوليسترول « الدهن بالدم »

يؤخذ من اليود عيار ٥٪ كل يوم صباحاً على الريق اربع نقط في نصف فنجان قهوة من الماء وفي كل يوم يزاد نقطة الى ان يصل الى اثنتي عشرة نقطة ، ثم يعاد اخذه من الاربع نقاط لمدة شهر ومن بعده يجري الفحص فان لم تتخلص من الدهن يعاد فيؤخذ لمدة شهر آخر عندها تتخلص من الدهن في الدم .

يحظر هذا العلاج على النساء الحبالى واللواتي هن في زمن الميعاد الشهري والمصابون بالقرحة المعوية والمصابون بالزلال بالبول .

كما يمنع اخذ الملح وشرب القهوة واكل المواد الدهنية .

علاج لفقر الدم

اولاً تحضر قشور تفاحة واحدة يابسة و٢٥ غراماً بذر قراص و٢٥ غراماً اكليل الجمل و٢٥ غراماً قنطريون و٢٥ غراماً قصعين تمزج جميعها معاً .

تغلى قبضة من هذا المزيج على النار وتحلى بسكر النبات ويؤخذ مرتين في اليوم .

يعمل بهذا العلاج حتى ينتهي المزيج .

علاج لتورم الغدد (اللوزات)

تشوى بصلة واحدة على النار ثم تسحق مع ملعقة صغيرة من السكر الناعم ويضاف اليها برش صابون زيت غار (حلبي) مقدار ملعقة واحدة صغيرة وملعقة صغيرة من الحليب .

تمزج جميعها جيدا حتى يصبح كالمرهم .

توضع فوق شاشة وتلصق على الحلق من المساء حتى مساء اليوم الثاني بعد ربطها جيدا .

يؤخذ في ذات اليوم المغلي الآتي : ملعقة كبيرة سلمكة وملعقة ونصف كبيرة بذر كتان بعد غليها في ست اكواب من الماء حتى تصبح ثلاثة ويؤخذ منها كل يوم كوب واحد على الريق والاكل يكون بعد اربع ساعات لمدة ثلاثة ايام .

علاج للغدة الدرقية

يغلى مقدار ملعقة كبيرة من الجعدة في كوبين من الماء حتى تصبح كوبا .

يؤخذ كل يوم مساء قبل الاكل ملعقة كبيرة ويمنع اكل المقالي وشرب الماء المثلج عند اخذ هذا العلاج .

علاج لأزالة التهاب الحلق واللوزتين والرشح والربو تنقع بيضة كاملة نية في قدح عصير الليمون ويوضع تحت السماء ليلا حتى الصباح وفي الصباح ترفع البيضة بهدوء من عصير الليمون ويؤخذ العصير جرعة واحدة او عدة جرعات في اليوم .

آلام اللوزتين

« غرغرة »

تغلى في نصف ليتر ماء على النار المقادير الآتية : ١٠ غرامات هندي شعيري ، و٢٠ غراماً خبيزة تنزل من على النار حتى تصبح فاترة ، يعمل بها غرغرة كل يوم مرتين .

تجدد الكمية ويعمل بها كل يوم لمدة اسبوع .

لآلام اللوزتين

« مرهم »

اولاً تغسل الرقبة بالصابون ، ثم يدهن الحلق في ملعقة كبيرة من زيت الخروع .

ثانياً يحضر شريحة من القمر الدين قياس ٣٠×١٠ سم وتثقب على شكل اللزقة وتدهن بزيت الخروع وتوضع على الرقبة عند المساء وتربط بقطعة من القماش وتترك حتى ثاني يوم الى المساء .

يعمل بهذه اللزقة ثلاث مرات .

« غرغرة ومرهم »

اولاً يؤخذ مسهل زيت الخروع مقدار ٦ غرامات مضافا اليه نصف فنجان قهوة من البابونج المحلى بالسكر وذلك على الريق صباحاً .

ثانياً يعمل غرغرة من ٥ غرامات زهر الختمية مع غرام واحد بوريك بعد ان تغلى على النار في كوب ونصف من الماء وتصبح فاترة .

يعمل غرغرة صباحاً ومساء لمدة ثلاثة ايام .

ثالثاً تدهن الرقبة بزيت الخروع ويوضع عليها جريدة مثقوبة وتربط بقطعة من القماش وتغير صباحاً ومساء لمدة اربعة ايام .

يوصف هذا العلاج للصغار اما للكبار فيعطى لهم ضعف الاسهال والغرغرة .

علاج لطرد الديدان

يمزج قليل من الطحين مع ٥ غرامات روح الزعتر وتقسم الى عدة اقسام بحجم حبة الحمص .

للكبار : تؤخذ بلعاً مع قليل من الماء وراءها ثلاث حبات باليوم .

للصغار : تؤخذ حبة واحدة بلعاً في اليوم مع قليل من الماء ليسهل بلعها .

تؤخذ هذه الحبوب حتى تنتهي منها عندها تنزل الديدان من الشرج .

يجوز اكل اي شيء من الطعام .

علاج لطرد الديدان المعوية « للأطفال »

تنقع شرائح بصلة واحدة صغيرة في الماء وتترك حتى الصباح وبعد تصفيتها

يمزج ماؤها بقليل من العسل مقدار ملعقة قهوة صغيرة .

يعطى هذا المزيج للطفل صباحاً على الريق ويعمل كل يوم مزيج جديد ولمدة خمسة ايام حتى تطرد الديدان .

علاج لطرد الديدان

يسحق ٢٠٠ غرام من بذر اللقطين تؤخذ تسلية صباحاً وظهراً كشكل نقولات ويجب الصيام عند المساء وفي اليوم الثاني يؤخذ اسهال مانيزا مع ملعقة ونصف من الليموناضة .

علاج لطرد الديدان الناعمة

اولاً تغلى حفنة خبيزة في ليتر من الماء وتترك جانباً ويوضع في الحقنة ملعقة كبيرة من زيت الزيتون ويسكب فيها ثلاثة فناجين قهوة من مغلي الخبيزة وتعمل حقنة . وبعده يحقن الماء الباقي من مغلي الخبيزة شرط ان يكون فاترا وعند الحقنة على المصاب بالديدان ان يجري عملية الشهيق والزفير .

تعمل الحقن كل يومين مرة واحدة على خمس مرات .

علاج لطرد الديدان « الشعرية »

تغلى « سيكارتان » في ليتر من الماء وتعمل حقنة للطفل كل يومين مرة واحدة لمدة ثلاثة ايام .

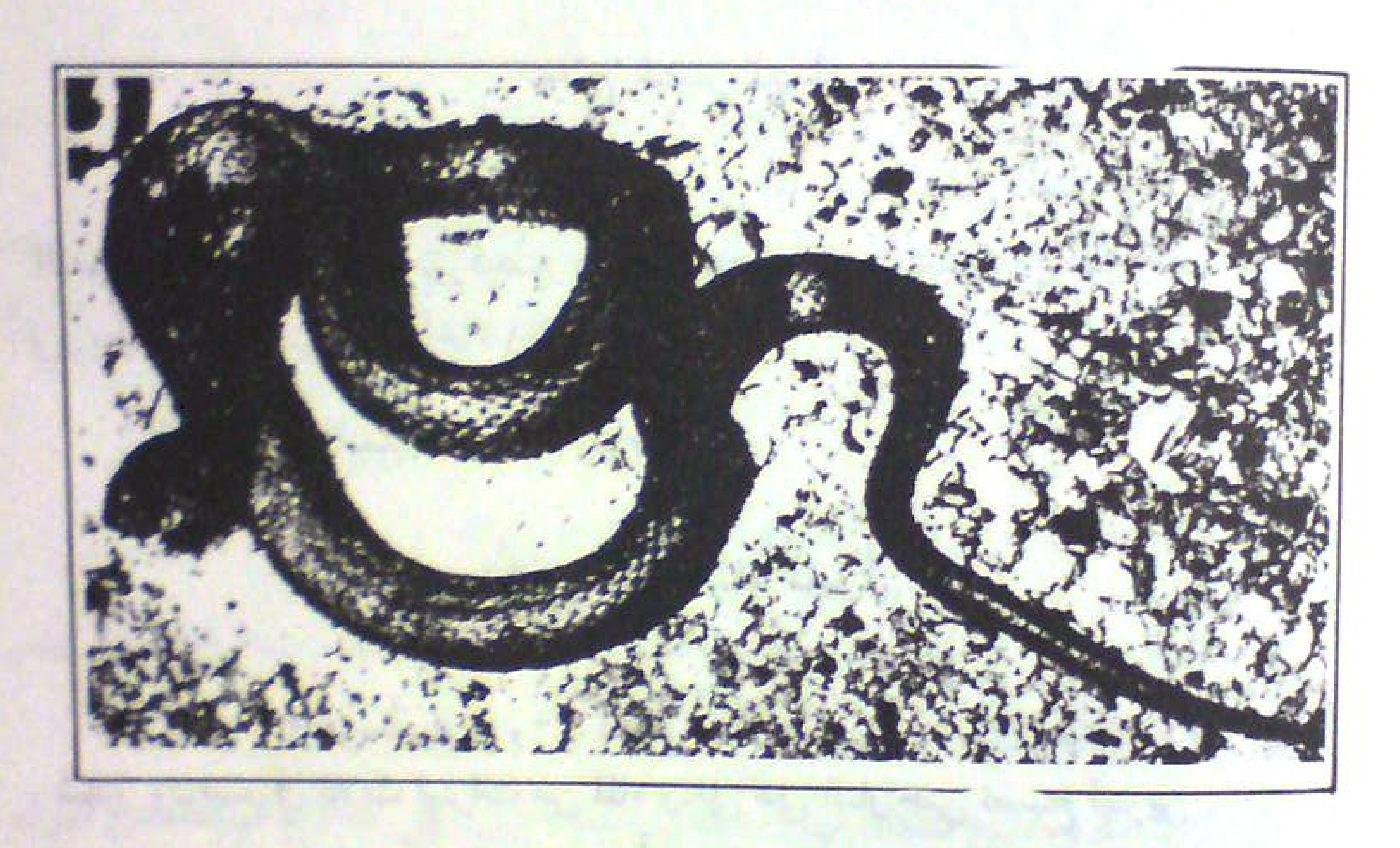
علاج لسعة العقرب

اولاً تطهر شفرة حلاقة بالسبيرتو ثم يشطب محل اللسعة حتى ينزف قليل من الدم ثم يفرك المحل بالأمونياك ويلصق عليها قطعة من الشاش وتربط جيدا حتى يشفى الملسوع .

علاج لسعة الحيَّة

اولاً تطهر شفرة حلاقة بالسبيرتو ثم يشطب محل اللسعة حتى ينزف قليلا من الدم ويفرك المحل الملسوع بثلاث نقط من الأمونياك ويلصق عليها قطعة من الشاش وتربط جيدا .

يؤخذ كوباً من الماء مع اضافة ثلاث نقط من الأمونياك اليه فيشفى الملسوع .



علاج لسعة الدبور والنحلة

يسحق ٦ غرامات دواء فار اصفر ويمزج في ٦٠ غراماً من الخل ويغلى على النار حتى يصبح نصفه يدهن محل اللسعة بهذا المزيج مرة واحدة في اليوم لمدة ثلاثة ايام حتى يزول الورم ويربط جيدا .

علاج ضد التسمم

قبل ان تأخذ معلبات السردين والطون اشرب كوبا من الماء ممزوجا بنقطتين من خل التفاح حتى لا يتعرض للتسمم اذا كانت المعلبات فاسدة حالاً تتقيأ (تستفرغ) .

علاج لأزالة الحصى من مجرى البول

تسحق قشرة بيضة واحدةوتنخل بالشاش ويسكب فوقها عصير ليمونة واحدة وتوضع خارج الدار في الهواء الطلق

يؤخذ هذا العلاج في الصباح

ويعمل علاج جديد ويؤخذ لمدة ثلاثة ايام .

علاج لحصر البول

يوضع كيلو بصل واحد في ليترين من الماء ويغلى على النار اولاً يؤكل لب البصل ، اما الباقي يسحق فيصير مرهما ويوضع بين شاشتين ويلصق على الحوالب ويربط بقماش حتى الصباح .

تكرر هذه العملية لمدة ثلاثة ايام .

علاج الحرقة اثناء التبول

يسحق ٣٠ غراماً راوند و٣٠ غراماً شرش الذرة وجوزتين طيب و١٥٠ غراماً شعير وتوضع في ثلاث ليترات من الماء وتغلى على النار حتى تصبح ليترين .

يؤخذ كل يوم فنجان قهوة مرتين صباحا ومساء

لألتهاب المثانة وحصر البول

يسحق مقدار ملعقة صغيرة من بذر الفجل ومقدار ملعقة صغيرة من بذر البقدونس ويضاف اليهما كوبان من الماء ويغلى المزيج على النار ليصبح كوباً واحداً. ويؤخذ كل يوم ثلاث مرات ، ويعمل منقوع جديد كل يوم لمدة اسبوع وبعد الأنتهاء من اخذ هذا المنقوع يشرب مع الأكل بيرة لمدة عشرة ايام وعوضا عن الشاي والقهوة ، يؤخذ زهورات المركبة من عروق الكرز وشرش الذرة .

لأزالة الحصى من الكلي

يسحق حجر بني اسرائيل عدد ٢ وينخل بواسطة الشاش ويضاف اليه سكر نبات مسحوق بقدر النصف ، يعبأ في برشانات نمرة ١ ، تؤخذ صباحا بعد الأكل بساعتين وبعده يعمل مغطس حمام ماء ساخن لمدة ٤٥ دقيقة وبعد الحمام يسير ربع ساعة مشيا عاديا وعند الانتهاء من اخذ البرشانات ، يجري فحص البول للتأكد من نزول الحصى يعمل بهذه الطريقة لمدة اربعة ايام .

علاج لأزالة الرمل

اولا يؤخذ مقدار فنجان قهوة من عصير الفجل ولمدة ستة ايام وبعد نصف ساعة يؤخذ مغلي بذر الخلة مقدار ملعقة صغيرة مع قليلا من شرش الذرة وذلك لمدة ثلاثة ايام وكل يوم يعمل علاج جديد .

علاج لأزالة الرمل ايضاً

يسحق ١٠٠ غرام مسكي وتوضع داخل شاشة وتربط جيداً وتغلى في ليتر ونصف من الماء حتى تصبح ليتراً واحداً .

يؤخذ في اليوم فنجان قهوة صباحا ومساء حتى ينتهي العلاج ثم يفحص البول في المختبر ليتأكد من نزول الرمل .

علاج آخر لرمل الكلى

يغلى مقدار فنجان قهوة من البعدرون اي (بذر البصل) في اربعة اكواب من الماء على النار حتى يصبح كوبين .

يؤخذ فاتراً صباحا ومساء فنجان قهوة يومياً لمدة ثلاثة ايام ثم يفحص بواسطة الشاش الناعم للتأكد من ظهور الرمال .

علاج لأزالة الحصى والرمال من الكلى

تسحق ٥٠ غراماً بذر البقدونس و٥٠ غراماً بذر الكرفس و٥٠ غراماً بذر الشمار

و٢٥ غراماً بذر الفجل و١٠ غرامات بذركتان وتمزج مزجا جيداً .

يحضر من هذا المسحوق ملعقة صغيرة ويضاف اليها قليلا من شرش الذرة وتوضع في كوب ونصف من الماء وتغطى على النار كالشاي .

تؤخذ بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يوميا لمدة اسبوع وكل يوم يعمل مقدار جديد .

يجب التوقف لمدة اسبوع للاستراحة ثم يبدأ بأخذ الباقي لأسبوع آخر .

لعلاج الرمل في الكلى

يسحق حجر بني اسرائيل مقدار ملعقة واحدة وتمزج مع نصف كوب من شراب الليمون .

تؤخذ على الريق يوميا لمدة ثلاثة ايام

لعلاج الرمل والحصى ايضا

يسحق نصف كيلو شعير و١٠٠ غرام بذر مقتي و٢٥ غراماً بذر خيار وتضاف الى ٢٥ كوب من الماء وتغلى على النار .

يؤخذ اربع فناجين قهوة باليوم لمدة عشرة ايام .

علاج لأزالة الحصى والرمل

اولاً يسحق مقدار قبضة من العدس او نخالة او طحين قمح عادي ويضاف الى ربطتين من البقدونس ويغلى في ليتر من الماء على النار حتى يصبح كالعجين .

يوضع هذا المعجون بين شاشتين وتلصق فوق الحوالب وتربط اربع وعشرين ساعة .

يعمل بهذا العلاج لمدة ستة ايام وكل يوم معجون جديد .



● اضافة الى ذلك يؤخذ مغلي البقدونس شراباً عوضاً عن الماء ولمدة ستة ايام ايضا حيث تزول الرمال والبحص وللتأكد من ذلك يفحص البول في المختبر .

علاج لحصر البول وازالة الرمل

يغلى مقدار من شرش الحزنبول في ليتر ماء ويصفى يؤخذ كل ساعة فنجان قهوة ، حتى ينتهي هذا المغلي .

يزيل الرمل وحصر البول حالاً ويرتاح المريض .

لأزالة الأملاح من البول يضاف ثلاث نقط من اليود الى كبآية زهورات تؤخذ على الريق يومياً لمدة اثني عشر يوماً .

يعمل كل يوم علاج جديد .

لمنع سقوط شعر الرأس

يمزج مقدار فنجان من زيت الخروع مع مقدار فنجان قهوة من السبيرتو ابيض ومقدار فنجان قهوة من خل العنب ليصبح المزيج مرهما .

يدهن به شعر الرأس في الاسبوع مرتين .

لمنع سقوط الشعر ايضا

تغلى حشيشة الكزبرة نوع (البير) في ليتر ونصف من الماء وتصفى لتصبح ليتر ويغسل الرأس بها كل يوم مرتين ويعمل بهذا المقدار لمدة عشرة ايام .

مستحضر السبراي لتجميد الشعر

تسحق ملعقة كبيرة قلفونة وتمزج مع فنجان سبيرتو ابيض عيار ٩٥ يضاف اليها نصف فنجان قهوة ماءً ساخنا قطرة قطرةوتمزج جيدا مع اضافة ريحة طيبة « اسانس » ٣ غرامات لتعطي رائحة طيبة وتوضع في بخاخة « سبراي » .

يبخ شعر الرأس من هذا السبراي ويمشط جيدا فيجمد الشعر ويصبح منسقا ولماعا .

علاج لمنع سقوط شعر الرأس

تغلى قبضة من ورق الزيتون في قدحي خمر ويغسل به الرأس مرتين بالاسبوع ويمكن ان يغسل الرأس بعد ساعتين بماء فاتر مع الصابون الافرنجي .

علاج لمنع تساقط الشعر

تغلى كمية قبضة من حشيشة كزبرة البير بالماء ، ثم تصفى ويغسل بهذا الماء الرأس او أي محل مصاب بتساقط الشعر وذلك كل يوم مرتين لمدة اسبوع فيتوقف تساقط الشعر وينبت الشعر من جديد بسرعة .

علاج لانبات شعر الرأس
والجفون ووقف تساقطها

يغلى كمية من الخبيزة بالماء ويفرك بهذا الماء المحل المصاب بسقوط الشعر مرتين باليوم .

فبعد مدة قصيرة ينبت الشعر المتساقط .

علاج لمنع تساقط الشعر

يغمس المشط في بول انثى الجمل ويمشط شعر الرأس يوماً بعد يوم جيدا ولمدة عشرة ايام اولا : في اليوم الأول يمشط الشعر وفي اليوم الثاني يعمل حمام للشعر بدون تمشيطه بالبول المذكور اعلاه .

ان هذا العلاج يقوي الشعر ويبدو لامعاً ولا يعود يتساقط .

علاج لانبات شعر العيون
والأهداب

تحرق كمية من عجوة تمر وتدق ناعماً وتنخل وتكحل بها العيون ، فتتزيد اهدابها وينبت شعرها .

علاج لمرض الجرب

يحضر قشر بطيخ احمر بمقدار ٣٠٠ غرام ويجفف ويسحق ليصبح ناعما يمزج في ٥٠ غراماً من الكاز حتى يصبح مرهما .

يدهن المكان المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة من القماش حتى الصباح كل يوم مرة واحدة لمدة ستة ايام .

وبعده يدهن بفازلين ابيض بعد اضافة ١٥ غراماً من البوريك اليه .

علاج آخر للجرب

يضاف ٣٠٠ غرام سماق ناعم الى ليتر من الماء ويغلى على النار وبعد الغلي يضاف اليه مقدار ملعقة كبيرة من سم الغار اصفر او ابيض ويغلى مرة اخرى على النار حتى يصبح مرهما .

يدهن المكان المصاب بهذا المرهم ويربط بقطعة قماش كل يوم عند المساء لمدة اربعة ايام .

علاج لازالة الثآليل

يحضر مقدار فنجان قهوة من البصل الناعم ويمزج في ملعقة كبيرة من الملح الناعم حتى تصبح مرهماً .

توضع على الثآليل وتلف برباط من القماش .

يعمل بها يوميا لمدة خمسة ايام .

لأزالة القروح

يمزج ١٥ غراماً فازلين اصفر و٦ غرامات بوريك وغرام واحد يودوفورم له ريحه ام طولماتور اصفر حتى تصبح كالمرهم .

تدهن بها القروح وتلف بقطعة من القماش حتى المساء وتدهن القروح كل يوم مساء لمدة ستة ايام .

تدق بصلة وتوضع في شاشة وتعصر فيؤخذ ماؤها ويضاف الى هذا الماء كمية مساوية من الخل ويدهن المحل المصاب ست مرات باليوم لمدة طويلة حتى يشفى المصاب .

لازالة حكة الجسم

تمزج ٥ غرامات كبريت عامودي مع ٣٠ غراماً فازلين ابيض و٣ غرامات استفينيك حتى تصبح كالمرهم .

يدهن بها الجسم في مكان دافىء تحت الشمس او امام الدفاية في الشتاء لمدة ساعة في اليوم مرة واحدة .

يدهن الجسم لمدة خمسة ايام .

لأزالة الجرب والحكة

يسحق ١٠ غرامات كبريت عامودي مع ١٠ غرامات كبريت جمل و١٠ غرامات زيزفون احمر ، و١٠ غرامات خردل و١٠ غرامات عجوة مشمش و١٠ غرامات صبرا شقرا وعدد ١ كاف هندي تسحق جيدا وتضاف الى ٢٥ غراماً دهن الخروف و٥٠ غراماً قطران تمزج مع بعضها وتوضع على نار خفيفة حتى تصبح مرهما .

يدهن الجسم المصاب بالجرب والحكة عند المساء ويغسل عند الصباح كل يوم مرة واحدة لمدة عشرة ايام .

لأزالة الحكة ايضا

يمزج ١٠ نقط استفينيك و ١٠ غرامات كبريت عاموي و ١٠ غرامات زهر التوتياء و ٦ غرامات اكتول اسود وغرام واحد يودوفورم وفنجان قهوة زيت حلو تمزج جميعها مزجاً جيداً حتى تصبح كالمرهم .

اولاً يغسل الجسم بالاسبيرتو الأبيض بواسطة القطن ثم يدهن الجسم بالمرهم لمدة عشرة ايام كل يوم مرة واحدة .

علاج لأزالة الحكة من الجسم

يمزج ١٢ غراماً ملح الرصاص مع ١٢غراماً سبيداج ناعم و٣ غرامات ملح اسفنج وتسحق جيداً لتصبح ناعمة وتضاف الى فنجان ونصف قهوة من زيت الزيتون حتى تصبح كالمرهم مع اضافة ١٢غراماً كبريت الجمل وتمزج جميعها مزجاً جيداً .

يدهن الجسم بهذا المرهم مرتين في اليوم لمدة اسبوع صباحا ومساء .

يؤخذ بجانب هذا المرهم قدر حمصة صبرا شقرا سفا وذلك بعد وضعها في ورقة سيكارة ويؤخذ وراءها قليل من الماء ليسهل بلعها وذلك بعد العشاء بساعة يوميا مرة واحدة .

علاج آخر للحكة العامة

يغلى ١٠٠ غرام سيرج او زيت الزيتون مع ٥٠ غراماًشمع عسلي و٥٠غراماً شمع ابيض حتى تصبح كالمرهم ترفع عن النار ومتى اصبحت فاترة يضاف اليها ١٢ غرامامدرسنك ذهبي و٦ غرامات سرور أي (زئبق احمر) وتمزج جيدا .

يدهن الجسم مرتين باليوم لمدة ستة ايام كما يؤخذ بجانبها سفا صبرا شقرا كل يوم مرة واحدة كمية حمصة لمدة عشرة ايام .

يوصف هذا العلاج للرجال والنساء على السواء .

علاج آخر للحكة

يغلى ٣ غرامات ملح اسفنج في ٢٠٠ غرام من الماء يؤخذ فنجان قهوة يوميا مرتين صباحا ومساء لمدة ستة ايام .

علاج آخر للحكة

تسحق ٦ غرامات شبة زرقاء و٢٠ غراماً كبريت عامودي و١٥ غراماً نشادر وتمزج جيداً مع ١٠٠ غرام من السمنة البقرية لتصبح كالمرهم

يدهن الجسم به كل يوم مرة واحدة لمدة ستة ايام .

علاج آخر للحكة

يسحق ٢٠ غراماً كبريت عامودي و١٢ غراماً ملح الطعام و٥ غرامات ملح الليمون حتى تصبح ناعمة وتمزج في نصف كباية من الماء .

يدهن الجسم دلكاً جيدا مرتين في اليوم صباحا ومساء لمدة اسبوع .

علاج للقرع

اولاً تمسح الحبوب الظاهرة بين شعر الرأس بقطعة من القماش مغموسة بالكاز حتى تصبح الحبوب لينة . ثم يوضع ٢٠٠ غرام نخالة في كيس من القماش ويثقل بحجرة وينزل في تنكة من الماء وتغلى على النار وبعد غليها الى ان تصبح نصفها يرفع الكيس من الماء وتفرك الحبوب بهذا الكيس حتى تزول قشورها من الرأس ثم يغسل الرأس بماء النخالة وينشف جيدا بواسطة المنديل .

ثم يمزج ٣ غرامات ملح الرصاص و٦ غرامات ماء الورد ويضاف اليها ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و٢٥ غراماً مدرسنك فضي و١٥٠ غرام زهر التوتياء و٢٠٠ غرام زيت سيرج وتمزج من جديد لمدة ربع ساعة ثم يمزج معها ٣ غرامات سرور وملعقة كبيرة خل العنب وملعقة كبيرة زيت الزيتون لتصبح مرهما .

يدهن الرأس والحبوب جيدا كل يوم مرتين بهذا المرهم ويربط بقطعة من القماش وكل دهنة يجب تحريك المرهم حتى يمتزج جيدا .

يجب عدم غسل الرأس بالماء لمدة خمسة ايام وفي اليوم السادس يدهن الرأس بزيت الزيتون ويلف بقطعة من القماش حتى لا يتوسخ الفراش وفي الصباح يغسل

الرأس بماء النخالة المغلي .

يجب متابعة هذا العلاج مرة ثانية .

علاج للتعقيبة

يغلى على النار ٥٠ غراماً صبرا شقرا في كوبين من الماء وتحرك جيداً وبعد ان تصبح فاترة تعبأ في قنينتين وتسد بأحكام .

. اولا يضاف الى احدى القنينتين ثلاثة ارباع قدح من ماء الورد .

ثانيا يضاف الى القنينة الثانية نصف غرام ملح التوتياء وتحرك جيداً .

يؤخذ شرابا من القنينة الأولى نصف فنجان قهوة صباحاً ومساءً حتى ينتهي العلاج .

ومن القنينة الثانية يعمل حقنة صغيرة بالقضيب مقدار نصف فنجان قهوة يوماً صباحاً ومساءً حتى ينتهي العلاج عندها يزول الاحتراق والبثور الناتجة عن التعقيبة .

علاج للتعقيبة

يضاف ٦ غرامات من البخور المسحوق في كوب من الماء وتغلى على النار . وعندما تفتر يؤخذ منها كل يوم فنجان قهوة بعد الأكل يعمل بهذا العلاج لمدة شهر حتى تزول الأعراض .

علاج آخر للتعقيبة

يضاف ١٥ غرام صبرا شقرا الى كوبين من ماء الورد وتغلى على النار حتى تصبح كوبا واحدة يعمل به حقنة في القضيب لمدة ثلاثة ايام كل يوم ثلث الكمية وذلك مساء بعد العشاء .

ويسف كل يوم صباحاً ومساءً ملعقة صغيرة بخور ابيض كذلك لمدة ثلاثة ايام بجانب الحقنة .

للتعقيبة ايضا

تسحق عشر قطع كتر هندي ويضاف اليها ٨٠ غرام حصروبان وتوضع في ليتر من الماء المغلي على النار .

يؤخذ كل يوم ثلاث مرات بعد الطعام مقدار نصف فنجان قهوة لمدة ١٢ يوما .

علاج لحرقة التبول

يمزج ١٥ غراماً بذر فجل مع ١٠ غرامات بذر بقدونس و ١٠ غرامات بذر الخلة وتسحق لتصبح ناعمة .

تغلى على النار في كوب ونصف من الماء .

يؤخذ مرتين في اليوم مقدار ملعقة صغيرة صباحاً ومساءً لمدة عشرة ايام .

علاج حرقة البول الناتجة عن التعقيبة

يضاف غرامان من ملح الاسفنج الى ٣٠٠ غرام من الماء ويغلى على النار .

يؤخذ يومياً بعد الاكل فنجان قهوة ثلاث مرات ولمدة ستة ايام .

علاوة على ذلك يمص قدر ٤ حمصات بخور اصفر (لبان ذكر) كل يوم وفي فترات متفاوتة .

علاج للزهري

تظهر حبوب ناعمة فوق القضيب لونها حمراء وبيضاء ومنها صفراء تعالج بالطريقة التالية :

اولا تسحق قطعتان كتر هندي وتنخل بالشاشة .

ثانيا يدهن القضيب بزيت الخروع بدرجة خفيفة ثم يرش المسحوق على

القضيب ويربط بشاشة حتى الصباح لمدة اربعة ايام كل يوم مرة واحدة .

يحذر اخذ البيض والبصل والثوم لمدة عشرة ايام كذلك السمك .

للتعقيبة ايضا

يغلى ٧٥ غراماً من الماء و٧٥ غراماً من الشهار المعتق ثم يضاف اليه ٢٠ غراماً إستيبوريك .

يعمل حقنة بالقضيب ثلاث مرات يوميا لمدة عشرة ايام .

لعلاج الحكة في الاعضاء التناسلية

يسحق هواء جوافي « نوع من الشروش » مقدار ١٠ غرامات مع ١٠ غرامات من البخور الأبيض وتمزج جيداً وتوضع في شاشة وتربط جيداً وتوضع في ١٠٠ غرام من زيت السيرج وتغلى على النار وبعدها تصفى الشاشة من الزيت .

والزيت الحاصل يضاف اليه ١٥ غراماً شمع عسلي و ١٠ غرامات شمع ابيض وتذوب مرة ثانية على النار حتى تصبح مرهماً .

يدهن به الاعضاء التناسلية يوميا عند المساء لمدة أربعة ايام .

علاج للأكزيما في الاجفان وسقوط شعر الاجفان

تفرم بصلة كبيرة وتقلى بفنجانين قهوة زيت زيتون حتى تصبح البصلة مثل الفحم ، ثم تصفى ويدهن المحل المصاب مرتين باليوم لمدة خمسة عشر يوماً .

عندها ينبت الشعر وتشفى الاكزيما من العيون كما إن هذا الزيت ينفع ويشفي الحبوب التي تظهر في الجسم .

للأكزيما ايضاً

تسحق ٥ غرامات هندي شعيري و ٤ غرامات قلفونة وتمزج مع ٤٠ غرام من زيت السيرج .

يدهن المحل المصاب بعد ربطه بقطعة قماش كل يوم مساء لمدة ١٢ يوماً .

للأكزيما ايضاً

يمزج فنجان قهوة عدد ٢ من القطران مع فنجان قهوة روح الخل ، يدهن المكان المصاب ويلف بقطعة قماش كل يوم مساءً لمدة خمسة عشر يوما .

علاج للأكزيما « شراب »

يسحق ١٠ غرامات نشارة مرة و ٦ حبات هليلج و ١٠ غرامات خشب كينا و ١٠ غرامات راوند و ١٠ غرامات زهر بلاسنك و ٥ غرامات زهر الكبريت و ٥ غرامات شمار و ٥ غرامات يانسون .

وتمزج مع ثلاث ليترات من الماء وتغلى على النار حتى تصير ليترين .

يؤخذ كل يوم نصف فنجان قهوة فاترا ثلاث مرات لمدة عشرين يوما يؤخذ اول يوم ويوضع الباقي في قناني في البراد .

للأكزيما المزمنة « مرهم »

يسحق مقدار فنجان قهوة صدف السمك وتمزج مع ٥ غرامات من ماء الفضة (ماء كذاب) و ٢٥ غرام فازلين اصفر حتى تصبح مرهما .

يدهن الموضع المصاب صباحاً ومساءً يوميا لمدة عشرة ايام .

للأكزيما ايضاً

يمزج ١٥ غراماً فازلين اصفر و ٩ غرامات بوريك ناعم و ٦ غرامات مرهم زئبق لتصبح مرهما .

يدهن المكان المصاب ويلف بقطعة من القماش كل يوم مساءً لمدة خمسة ايام .

علاج للأكزيما

يمزج ١٠ غرامات كافور مع ٥٠ غراماً سبيرتو ابيض يدهن المحل المصاب كل

يوم مرتين ولمدة عشرة ايام .

يفيد هذا الدهان في معالجة الجرب والحكة ايضا .

علاج للأكزيما المزمنة

يضاف قليلاً من الماء الى ١٠٠ غرام من الزرنيخ ليصبح كاللبن .

اولا يدهن المحل المصاب ويمسح الدهان منه بعد ساعة ويعمل بهذا الدهان يوما بعد يوم .

ثانيا : يستعمل بعده العلاج التالي :

يغلى على النار ٥٠ غراماً زيت حلو و ٢٥ غراماً شمع عسلي و ١٢,٥ غراماً سبيداج و ٦ غرامات هواجواني و٥ غرامات سرور و٥ غرامات مدرسنك ذهبي وتحرك جيداً حتى تصبح كالمرهم وبعد ان يبرد هذا المرهم يضاف اليه ٦ غرامات ملح الرصاص ويمزج مرة ثانية .

يدهن المحل المصاب بالأكزيما ويربط بالشاش يعمل بهذا العلاج يوماً بعد يوم ولمدة عشرة ايام .

ملاحظة :

اذا شعر المصاب باحتراق شديد بعد دهنه بالزرنيخ لأول مرة وبعد مسحه يدهن بزيت حلو ليخفف الألم والاحتراق .

علاج للرمد

تغلى قبضة من الخبيزة والختمية والورد الناشف في كباية من الماء حتى تصبح كالمعجون .

اولا : تغسل العيون بمغلي البابونج على شكل كمادات وتجفف جيداً ! ثم توضع المعجونة بين شاشتين وتلصق على العيون حتى الصباح يعمل لمدة ثلاثة ايام وكل يوم يستعمل مغلي جديد .

يؤخذ مسهل مرة واحدة خلال هذه الايام الثلاثة من اي نوع كان .

علاج التهاب العيون لتعرضها للأشعة الكهربائية والأكسجين

عند النوم توضع فوق العينين شريحتان من البطاطا النيئة وتلف بقطعة من القماش حتى الصباح يزول الالتهاب والاحتراق حالا .

علاج الماء الابيض في العيون

اولا : يعصر البصل ويؤخذ منه مقدار ربع فنجان من هذا العصير ويمزج مع نصف فنجان عسل صافي ليصبح كالقطرة وتغسل العيون بمغلي البابونج والخبيزة وتنشف ثم تقطر في العينين نقطة واحدة لكل عين مرتين باليوم صباحاً ومساءً يوم بعد يوم لفترة خمسة ايام . ثم تدهن الجفون بقليل من زيت الخروع لأزالة الالتهابات .

علاج آخر للماء الابيض في العيون

تغسل العيون بمغلي الخبيزة ثم يغلى فنجان قهوة بابونج وبعد غليه نسكب داخله ست نقط ليمون حامض .

تغمس قطعة من الشاش في هذا المغلي وتعمل عشر مرات كمادات شرط ان تكون العيون مفتوحة ،كل يوم مرة واحدة يوم بعد يوم أربع مرات .

كذلك بعد عمل الكمادات تدهن الجفون بقليل من زيت الخروع .

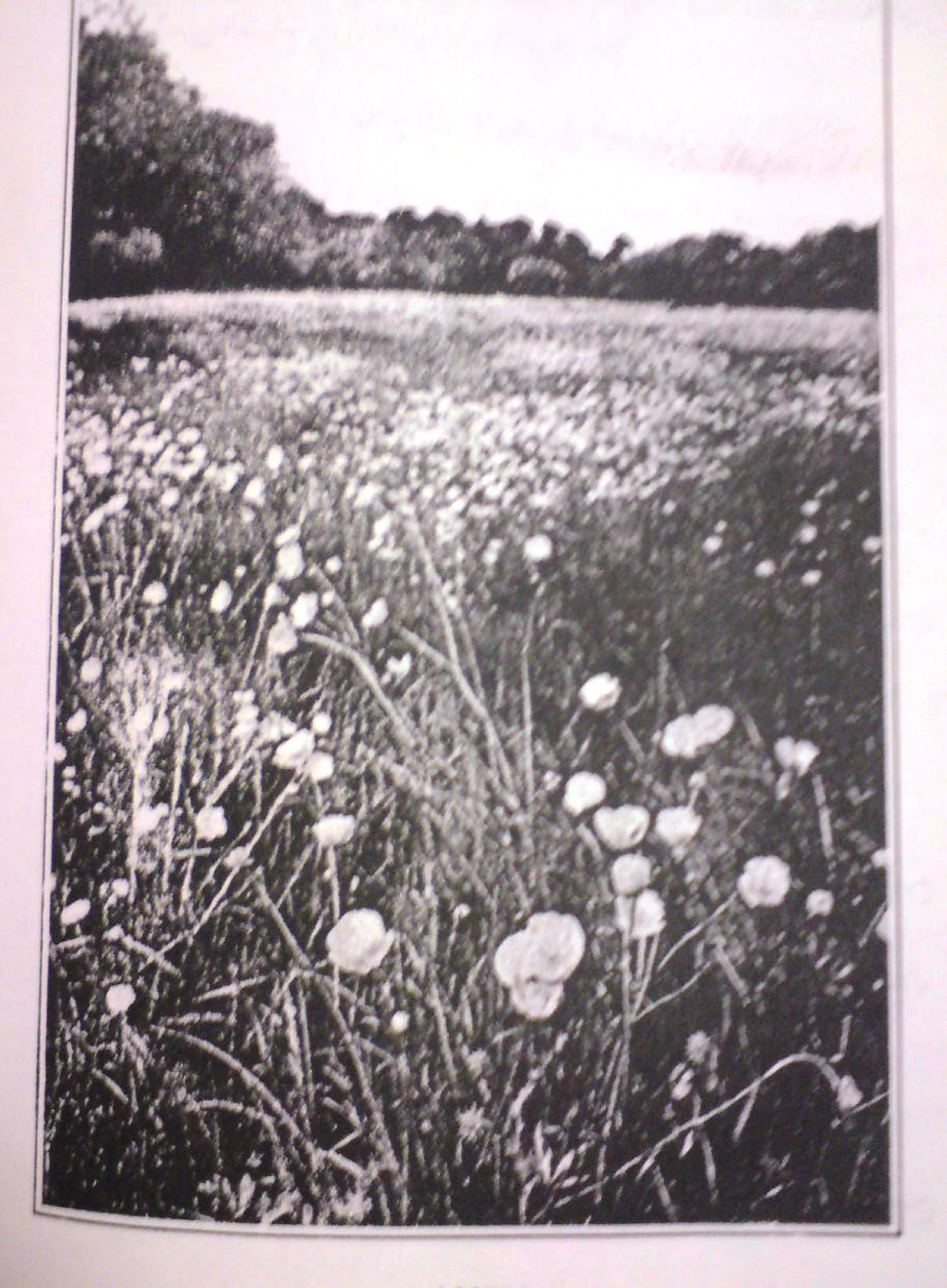
علاج شحاذ العين

يغلى مقدار فنجان قهوة من الرز الناعم في فنجانين قهوة من الماء ليصبح عجينة .

يوضع بين شاشتين فوق العين وهي فاترة كل ساعتين يعمل لزقة خلال يومين .

علاج الماء الازرق في العيون

تظهر غمامة سوداء على العيون . اولا: صباحاً وقبل شروق الشمس تمسح



العيون بالعسل من الداخل .

ثانيا : يغلى ٢٠ غراماً ورق ليمون حلو اخضر على النار في ست ليترات من الماء ليصبح اربع ليترات .

يؤخذ يومياً ثلاث كبايات بعد الاكل بساعة حتى ينتهي المغلي وتزول الفحامة من العيون .

تورم اليدين والرجلين

يسحق ٥٠ غراماً زنجبيل ويخلط مع ١٥٠ غراماً من العسل يؤخذ ملعقة صغيرة يومياً مرتين صباحاً ومساءً بعد الاكل بساعة لمدة شهر .

علاج للقشب في الايدي

يؤخذ فنجان كليسرين ، وفنجان حليب ، وفنجان كولونيا او فنجان سبيرتو ابيض ، تمزج جيداً وتفرك بها الايدي مرتين باليوم .

تشقق الأيادي والأرجل وبين الاصابع

يسحق ٥٠ غراماً مدرسنك ذهبي و٢٥ غراماً مدرسنك فضي وتمزج في نصف فنجان قهوة من زيت الزيتون ونصف فنجان قهوة سيرج ونصف فنجان قهوة خل العنب حتى تصبح مرهما .

تدهن الشقوق وتربط بقطعة قماش حتى الصباح لمدة ستة ايام .

علاج لنزع المسامير من اصابع الرجلين

يقطع البصل ويسخن على النار تسخينا جافا ويمزج في مسحوق بذر الكتان ويسحق جيداً ليصبح كالمرهم .

اولا تدهن المسامير بزيت الخروع ثم يوضع عليها المرهم وتلف حتى الصباح .

تكرر هذه العملية لمدة اسبوع حتى تقتلع المسامير من جذورها وتشفى الأرجل .

تأخر المشي عند الاطفال

تغلى قبضة من ورق السداب اي « الفيجم » في فنجان شاي من زيت الزيتون حتى تحترق وتصبح فحماً ثم يصفى الزيت وتفرك به اليدان والرجلان مرتين في اليوم لمدة عشرة ايام فركاً جيداً من اسفل الى اعلى .

لعلاج آلام المفاصل والركبة والأرجل

يمزج ٥٠ غراما من القولنجان و٥٠ غراما من الزنجبيل و ٥ غرامات بزر تنافل وتغلى على النار في ليتر ونصف من الماء ، وتصفى ويدهن بها الجسم من الأسفل الى الأعلى .

لآلام الأقدام

تدلك الأقدام بزيت الخروع مساءً قبل النوم وبعده وتلبس الجوارب وينام فيها حتى الصباح .

يعمل بهذه الطريقة مرتين في الاسبوع .

لآلام الأقدام

اولا يحضر فنجان قهوة من عصير الفجل ويؤخذ صباحاً على الريق .

ثانيا يمزج قليل من شرش الذرة مع ملعقة من بذر الخلة وتغلى على النار في كوب ونصف من الماء ، تؤخذ بعد عصير الفجل لمدة خمسة ايام .

طريقة صنع « الدقة »
بهارات حلبية

يمزج ٥٠٠ غرام فلفل اسود و ٧٥٠ غراماً بهار حلو و١٠٠ اغرام قرفة ناعمةو٥٠

غراماً قرنفل ناعم و ١٠٠ غرام جوزة الطيب .

تمزج جميعها وتسحق وتحضر وتعبأ في مرطبان وترش على الاكل عند اللزوم .

تستعمل في الطبخ وترش على المقالي من اللحوم وعلى البيض لتعطي نكهة شهية ولذيذة ولذا دعيت « دقة » حلبية .

سفوف الأصول « للأوجاع العامة »

هذه الوصفة تنفع لجميع الحالات ولذا تدعى بسفوف الأصول واليك طريقة صنعها واستعمالها :

يسحق ٥٠ غراماً رواند و ٥٠ غراماً سلمكي و ٧٥ غراماً سكر نبات و ٥٠ غراماً شمار و ٥٠ غراماً يانسون و ٥٠ غراماً زهر الكبريت و ٥٠ غراماً سوس تسحق سحقا جيدا وتمزج مع بعضها .

اولا : يسف مقدار ملعقة قهوة صباحاً على الريق وبعد ثلاث ساعات يتناول الطعام وقبل النوم بساعة يؤخذ مقدار ملعقة صغيرة وبعد العشاء بساعتين .

علاج ضد التدخين

اولا : تغسل بطيخة حمراء اللون بالماء والصابون ثم تنشف بفوطة وتقطع الى نصفين ويفرغ قلب احد النصفين حتى يبان قشرها .

يوضع داخل النصف المجوف ٤٠٠ غرام من العسل الصافي وتدخل في الفرن بدرجة مئوية ١٥٠ لمدة عشرين دقيقة ، ثم تسحب من الفرن حتى تبرد وتوضع في البراد .

يؤخذ منها على الريق يوميا ملعقة كبيرة لمدة اسبوع عندها يشعر بكره الدخان حيث يرتاح جسم الانسان ولا يعود الى التدخين .

نصائح للذين يرغبون بالتخلص من التدخين

اذا كنت تدخن يومياً ٢٠ سيكارة ابدأ بشرب الدخان اول يوم ١٩ سيكارة وثاني

يوم ١٨ سيكارة وهلم جرا حتى تنتهي في اليوم العشرين ان تشرب سيكارة واحدة في اليوم .

وعندما تنتهي عليك بمضغ (المسكة) مقدار علكة واحدة مضافا اليها قليلا من شمع العسل لمدة ثلاثة ايام .

ثم ابدأ بمضغ علكة شامية لتجلب لك رائحة عطرة بفمك كالعنبر وتزول رائحة الدخان من فمك نهائيا .

اذا اردت ان تتسلى عوض الدخان استعمل النقولات التالية للتسلية ولتجلب لك الصحة والعافية :

٥٠ غرام فستق حلبي و ٥٠ غرام لوز و ٢٠٠ غرام (اشلميش) زبيب بدون بزر و ٢٥ غرام صنوبر و ٢٥ غرام جوز قلب و ٢٥ غرام قضامي صفراء بدون ملح ، خذ بين فترة واخرى قسما من هذه النقولات لكي تنسى الدخان نهائيا .

شراب يقدم بالافراح
طريقة صنعه

اولا : يبرش جوزة الهند عدد ١ ويضاف اليها ٥ غرامات كاد هندي و ٥٠ غراماً سكر ناعم وتسحق جيداً لتصبح ناعمة وتمزج في ٥٠٠ غرام من النبيذ الأحمر و١٥٠ غرام من العرق .

تعبأ في مرطبان وتسد باحكام لمدة يومين وبعده يضاف اليه ايضا ٤٠٠ غرام نبيذ احمر ويسد ايضا لمدة ثلاثة ايام ثم يصفى بواسطة الشاش ويعبأ المصفى في قنينة ويختم عليه .

اذا اردنا تقديمه بالافراح يضاف فنجانين من هذا المستحضر في قنينة من النبيذ الأحمر الحلو ليعطي طعما لذيذاً .

يؤخذ يوميا مرتين مقدار نصف فنجان قهوة على الريق صباحا وقبل العشاء مساءً لمدة اثنا عشر يوما للذين يشكون سوء الهضم .

اما الذين يشكون من ضيق التنفس : يؤخذ نصف فنجان قهوة مرتين في

اليوم صباحا على الويق ومساءً قبل العشاء لمدة ١٢ يوماً ثم يستراح ١٢ يوما ويؤخذ ايضا ١٢ يوماً آخر .

كيف تكتشف نوع الجنين؟؟

هذه العملية الحسابية تفيدك لمعرفة نوع الجنين في بطن الحامل وقد جربت مرارا وقد كان الجواب بالايجاب واليك الطريقة :

اولا : تجمع عدد احرف اسم المرأة الحامل مع عدد احرف اسم والدة المرأة الحامل مع عدد ايام الشهر الذي به تم الحمل مع عدد ايام الشهر الذي سوف تلد به المرأة .

حاصل جمع هذه الاعداد اذا كان بالمفرد سوف تلد المرأة ولداً ذكراً .

واذا كان حاصل هذه الاعداد مزدوجا فيكون المولود القادم انثى .

مثال على ذلك :

اسم الحامل : سعاد مؤلفة من ٤ احرف
اسم والدة الحامل : نجوى مؤلفة من ٤ احرف
الشهر الذي تم فيه الحمل لنفترض انه كانون الثاني وعدد ايامه ٣١
الشهر الذي سوف تلد فيه المرأة سوف يكون شهر ايلول ٣٠

نجمع ٤+٤+٣١+٣٠= ٦٩

فيكون الوليد القادم ذكراً .

الجنين حسب الطلب

لنفترض انك انجبت ولداً ذكراً في شهر كانون الثاني واذا اردت انجاب ولد ذكر بعده اتبع النصائح التالية :

الاتصال الجنسي يجب ان يكون في الاشهر التالية :

اذار ، ايار ، تموز ، ايلول ، تشرين الثاني ، كانون الثاني

وان تمنع من القيام بالعمل الجنسي في الاشهر التالية :

شباط ، نيسان ، حزيران ، اب ، تشرين الاول ، كانون الاول . اما اذا اردت انجاب طفلة انثى عليك القيام بالاتصال الجنسي في الاشهر التالية :

شباط ، نيسان ، حزيران ، اب ، تشرين الاول ، كانون الاول .

علاج للضعف العام

يسخن مقدار ملعقة كبيرة من الزبدة مع مقدار ملعقتين من العسل ثم يضاف اليهما مقدار ملعقتين من الحلبة الناعمة وتمزج جيدا ويضاف اليها ايضا كيلو لبن حال كونها على النار وبعد ان تحرك جيدا يضاف ايضاً اليها كوبان من الماء وملعقة كبيرة من السكر وتمزج مرة ثانية جيدا وبعد ان تنزل عن النار وتصبح فاترة تعبأ في مرطبان وتوضع في البراد .

اولاً يخض المرطبان ويؤخذ منه كل يوم بعد الأكل مقدار فنجان قهوة ثلاث مرات حتى ينتهي هذا العلاج يعمل هذا المستحضر مرة ثانية .

للشلل

يغلى مقدار ١٥ غراماً صندل مع ٥٠ غراماً سمن بقري و٤ غرامات هوا جداني حتى تصبح كالمرهم .

اولاً يجب عمل حمام ماء ساخن ومن ثم يدهن الجسم بهذا المرهم وذلك في مكان دافىء ويعرض الجسم لاشعة الشمس ويجوز استعمال هذا المرهم في الصيف والشتاء .

تكرر هذه العملية لمدة خمسة عشر يوما وكل يوم يعمل مرهم جديد .

لانحطاط الجسم

اولاً يسحق ٥٠ غراماً كبريت عامودي و٧٥ غراماً سكر نبات و٥٠ غراماً كثيرة

و٢٥ غراماً صمغ عربي و٥٠ غراماً ملح الطرطر وتمزج مع بعضها مزجا جيدا .

يؤخذ من المسحوق يوميا ملعقة صغيرة بعد الفطور وملعقة اخرى بعد العشاء بساعة لمدة عشرة ايام .

ثانياً بعد الانتهاء من هذا العلاج يؤخذ « سفوف الأصول » لمدة اسبوع ، ثم يجب الاستراحة لمدة اسبوع آخر وبعده يؤخذ من العلاج الأول لمدة عشرة ايام اخرى ثم يستريح خمسة عشر يوما اخرى .

واخيراً يؤخذ الدواء الأول لمدة يوم واحد ويستريح ثلاثة ايام ويأخذ « سفوف الاصول » ليوم واحد ايضا ويستريح ثلاثة ايام اخرى . ثم يأخذ الدواء الأول ليوم واحد رابع مرة ويستريح أي يوقف اخذ الدوائين .

ان هذا العلاج يفيد ايضا للمصابين بنفخة في البطن والاعصاب ايضا .

لتنمية الجسم بصورة معتدلة

يسخن قليلاً من السمن الحموي مقدار ملعقتين كبيرتين ، ويضاف اليها مقدار ملعقتين ونصف من الحلبة المسحوقة ، وتخلط مع كيلو من اللبن ، وتضاف الى كوبين من الماء مع فنجان قهوة من السكر البودرة .

تمزج جميعها مزجا جيدا

يؤخذ من هذا المزيج مقدار فنجان قهوة بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يوميا .

علاج لارتخاء في اليدين والرجلين

يسحق ١٥ غراماً من بذر الخردل وتغلى في طنجرة من الماء اولاً يعمل حمام بالمغطس مع اضافة هذا الماء لمدة نصف ساعة .

ثم تسحق ١٥٠ غرام من حبة البركة وتمزج مع ١٥٠ غراماً من زيت الزيتون وتغلى على النار حتى تصبح كالمرهم وبعد ان تفتر يدهن الجسم بها اي اليدين

والرجلين . يعرضهما للشمس لمدة نصف ساعة أو يجلس امام المدفأة ثم يعمل حماماً عادياً .

يعمل بهذا العلاج كل يومين مرة واحدة على اربع مرات .

علاج لتعب الجسم بعد العمل

يمزج قليلاً من الخل مع مقدار ملعقة وسطى في نصف فنجان قهوة من الماء الساخن .

اولاً يدهن الجسم دلكاً بهذا المزيج ، وبعد ان يجف على الجسم يؤخذ حمام ساخن بصابون زيت غار (حلبي) وبعد الحمام يدهن الجسم كلياً بالخل .

يؤخذ كطعام الفاصوليا الناشفة المطبوخة لتقوية العضلات وكشراب : الماء ممزوجاً بقليل من خل التفاح ومع كل وجبة طعام يؤخذ مقدار ملعقة عسل وقليل من التفاح .

يعمل بهذا العلاج مرتين في الاسبوع .

علاج للفالج

يؤتى بقنفذة وتوضع في وعاء فارغ وتوضع مرة ثانية في وعاء آخر مملوء الى النصف من الماء ويسد الوعاء الكبير مع جعل فتحة صغيرة يخرج منها البخار .

توضع الطنجرة (الوعاء) على النار أي على الغاز او بابور الكاز حتى يغلي الماء عندها تموت القنفذة وتطبخ من شدة البخار ويرفع الوعاء عن النار ويصفى من القنفذ دهنها ليصبح مرهما يدهن به الجسم يوميا مرتين ولمدة خمسة عشر يوماً .

علاج للضعف الجنسي

يعصر مقدار من البصل ويصفى حتى يصبح ملء كوب واحد يضاف اليه ملء ست اكواب من العسل الصافي ، يؤخذ من هذا المزيج ملعقة شاي يومياً صباحاً ومساءً لمدة شهر .

علاج آخر للضعف الجنسي

يسحق ١٠ غرامات من شرش الزلوع الذكر ، ويضاف الى كوب ونصف من الماء ويغلى على النار ، ثم يضاف اليه ملعقتان صغيرتان من العسل ، يؤخذ صباحاً ومساءً يوماً بعد يوم بمقدار كوب واحد فقط لمدة خمسة عشر يوماً .

علاج آخر للضعف الجنسي

يسحق ٢٠٠ غرام حزمبل و٢٠٠ غرام يانسون يسكب ملعقة صغيرة من هذا المزيج في كوب من الماء ويغلى على النار بدرجة الغليان ، تؤخذ صباحاً ومساءً كل يوم حتى ينتهي من هذا المزيج .

علاج آخر للضعف الجنسي

يسحق اصبعان من شرش الزلوع الذكر مع قطعتين من الزنجبيل ونصف جوزة الطيب تسحق جميعها وتمزج مع ٢٠٠ غرام من العسل ، وتوضع على نار خفيفة وتجمع وتطرح عنها الرغوة وتوضع في مرطبان من الزجاج وتسد .

يؤخذ ملعقة صغيرة في الصباح واخرى في المساء بعد الأكل بساعة .

علاج آخر للضعف الجنسي

يذوب غرامان من دهن العنبر في فنجان قهوة من الماء ويغلى الذائب على النار مع الزهورات ، يؤخذ صباحا ومساءً كل يوم بعد الأكل لمدة اربعة ايام .

علاج آخر

يؤخذ صباحا على الريق صفار بيضتين نيئتين لمدة ثلاثة ايام .

علاج آخر

يضاف الى فنجان حليب بقري مقدار نصف ملعقة صغيرة من المسك

(مسكة) مطحونا ومقدار نصف ملعقة لوز مطحون ، ومقدار نصف ملعقة محلب ناعم ، ومقدار نصف ملعقة سكر نبات مطحون مع عشر نقط كونياك .

تمزج جميعها مع بعضها ، تؤخذ على الريق كل يومين مرة واحدة لمدة ستة ايام .

« معجون لقمان الحكيم »
للمصابين بالعجز الجنسي والارتخاء

تطحن المقادير التالية وتمزج مع بعضها :

٥٠ غراماً زنجبيل

٥٠ غراماً قوينجان .

٧٥ غراماً قرفي .

٢٥ غراماً قرنفل .

٢٥ غراماً بذر تنافل .

١٠ غرامات بذر خردل .

١٥ غراماً عرق بنفسج .

٥ غرامات كاد هندي .

٢٠٠ غرام بخور ابيض ذكر .

١٠ غرامات عنبر ناشف .

٥ غرامات مسك ابيض .

٣ غرامات زعفران .

٣ غرامات خرزة البقر .

١٠ غرامات دار الفل .



١٠ غرامات عود القرح .

٢٥ غراماً حبة البركة .

٢٥ غراماًيانسون .

٢٥ غراماًشمار .

١٥ غراماً كزبرة .

١٠٠ غرام بندق .

١٠٠ غراماً لوز .

٢٥٠ غراماً سمن حموي

١٠٠ غرام برش جوز الهند .

٥ حبات جوز الطيب .

١٠ غرامات ليمون البصري

١٠ غرامات حلبة .

١٠ غرامات صمغ عربي .

٥ غرامات كبريت عامودي .

١٠٠ غرام شرش الزلوع مطحون .

٥٠ غراماً حزنبل .

١٠ غرامات بزر رشاد .

١٠ غرامات بزر فجل .

١٠ غرامات بقدونس .

٥ غرامات عود الصليب .

١٠ غرامات لسان العصفور .

١٠ غرامات بخور جوري .

١٥ غراماحب الهال .

٢٠ غرامامزدكي .

١٠٠ غرام فستق حلبي .

١٠٠ غرام صنوبر .

١٠٠ غرام اشلميش زبيب بدون بزر .

١٢٥٠ غراماً عسل صافي .

اولاً يسوح السمن بعد وضعه على نار خفيفة ويضاف اليه العسل ثم يمزج هذا الخليط بالمقادير المبنية اعلاه .

تغلى على النار ايضا لمدة ربع ساعة بعد مزجها جيداً ثم ترفع عن النار لتصبح فاترة وتعبأ في مرطبان نحصل من ذلك على معجونة وتدعى « معجون لقمان الحكيم » .

طريقة الاستعمال :

اولاً : في الشتاء يؤخذ من هذا المعجون ملعقة قهوة صغيرة بعد الأكل بساعة ثلاث مرات يومياً .

ثانياً : في الصيف يؤخذ من هذا المعجون ملعقتين في اليوم صباحاً ومساءً بعد الأكل بساعة .

هذه الوصفة تؤخذ في المناطق الساحلية .

أما في المناطق الجبلية والجافة :

يؤخذ ثلاث ملاعق قهوة صغيرة في اليوم بعد الاكل بساعة صيفاً وشتاءً .

يجب المثابرة على تناول هذا المعجون مدة خمسة عشر يوما ومن ثم يجب الاستراحة لمدة خمسة عشر يوم ايضاً .

اذا كان المرء يشعر بارتخاء فليثابر على اخذ هذا المعجون مرة اخرى لمدة خمسة عشر يوما بعد ان يكون قد استراح في المرة الأولى واذا انتهى من اخذ المعجون في المرة الأولى فليحضر مقادير بل معجونة اخرى ويستعملها في المدة الأخيرة .

يجب حفظ المعجون في البراد او في محل ناشف حتى لا يتعرض للرطوبة والهواء وكلما يتناول وجبة من هذا المعجون يسد المرطبان ويضعه في محله للحفظ ، لئلا يتعرض للتلف ويفقد طعمه .

علاج لالتهابات المهبل والرحم

اولا : يمزج ١٠ غرامات كليسرين و٣ غرامات اكتول اسود مزجاً جيداً .

ثانياً : تغمس قطعة من القطن في هذا المزيج حتى يمتص المستحضر وتعمل تحميلة داخل المهبل لمدة ساعتين ثم تسحب قطعة القطن وترمى خارجاً .

تكرر هذه العملية لمدة ستة ايام يوم استراحة ويوم علاج .

علاج للحمل

يحمّص كيلو بذر خرنوب ليصبح اسود كالبن ويسحق حتى يصبح كالبودرة .

يؤخذ كل يوم مقدار ثلاثة فناجين منه بعد غليه كالشاي مع تحليته بالسكر .

يعمل بهذا العلاج لمدة شهر اذ ينظم العادة الشهرية ويفتح الرحم ليصبح قابلاً للحمل .

علاج للحمل

يؤخذ فنجان قهوة من حليب الحمار « الأتان » الطازج يومياً ثلاث مرات ولمدة خمسة ايام .

يفيد في فتح الرحم وتطهيره ويجعله قابلاً للحمل .

علاج آخر للحمل

يسحق مقدار نصف ملعقة صغيرة من الزعتر وينخل ثم يوضع في قطعة شاش وتربط بخيط طويل .

تعمل تحميلة وتوضع في الرحم لمدة ساعتين ثم تنزع وتوضع تحميلة اخرى بعد اسبوع وتنزع . وثالثة بعد خمسة عشر يوماً وترفع .

كذلك هذه التحاميل تطهر الرحم وتفتحه وتجعله قابلاً للحمل .

علاج لتقوية الميعاد لدى النساء

يؤخذ مقدار فنجان قهوة من مغلي حشيشة القنطريون مرتين كل يوم مرة صباحاً ومرة مساءً قبل الطعام . وللحصول على هذا المغلي .

يغلى عشرون عرق من حشيشة القنطريون في ليترين من الماء حتى يصبح ليتراً واحدا ثم يصفى ويضاف اليه قدح خمر حلو ثم يعاد فيغلى مع الخمر مرة ثانية حتى يتبخر الخمر ويعود ليتراً واحداً، فيؤخذ منه فنجان قهوة صباحاً وفنجان مساءً قبل الطعام .

يجب التوقف عن اخذ هذا المغلي وقت الميعاد لكي لا يدر الطمث كثيرا .

كما يجب حفظ هذا المغلي في البراد لكي لا يفسد .

لوقف النزيف عند المرأة

تسحق ٥ غرامات دم الاصفين وتضاف الى كوب ونصف من ماء الورد وبعد مزجها تغلى على النار وتصفى حتى تصبح كوباً واحداً .

يؤخذ يومياً نصف فنجان قهوة من المزيج في الصباح والمساء لمدة ثلاثة أيام وفي اليوم الرابع يؤخذ مع الشاي قطعة صغيرة من غراء السمك (جيلاتين) بعد تذويبها او مع القهوة يومياً ثلاث مرات لمدة اسبوع

علاج لتنظيم العادة الشهرية

يسحق ١٥ غرام عبيتران وينخل بشاشة ويضاف اليه ١٠٠ غرام عسل صافي ويمزج معه ايضا ١٢ غرام صوف جمل « وبر الجمل » مندوف حتى يصير عجينة .

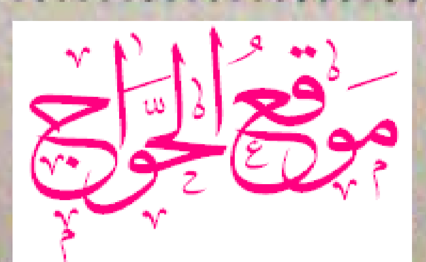
يوضع مقدار نصف ملعقة صغيرة من هذه العجينة في شاشة وتربط بخيط طويل وتعمل تحميلة في بيت الرحم لمدة اربع ساعات تستعمل هذه التحميلة مرتين باليوم وكل تحميلة يجب ان تكون جديدة وتسحب بعد انتهاء الوقت وعند المساء يعمل تحميلة مجددا حتى الصباح .

يعمل تحميلات لمدة خمسة ايام .

هذه الطريقة يستفيد منها اللواتي يشكون من ضيق في الرحم عندها ينفتح الرحم ويكون قابلاً للحمل . وعندما يتم الحمل يجب ان تنام المرأة على جنبها الايمن .



الفهرس



موقع الحواج

هذا الكتاب

- كتاب شيق يحتوي على الكثير من الوصفات الناجعة والإرشادات اللازمة لكل عائلة وبيت.

- كتابٌ طريٌ لينٌ في أسلوبه وتعليقاته وموضوعاته ليصل إلى أكبر عدد من القراء فيكون لهم هادياً ومرشداً، لصحتهم، ويمدّهم بأحسن السبل لمعالجة أمراضهم، ويدلهم على أفضل الطرق التي تمكن لهم من الحياة الحلوة، والعمر المديد، والسعادة الدائمة.

